[illegible] चिंतानंदु [illegible] प्राप्तोऽनधावोत्तत्व [illegible]
दीनत्त्वजिज्ञास्यस्थेनभूयोनंदःस्व

अथ हृदीपिका

१

श्रीगणेशाय नमः गुरुं नत्वा शिवं साक्षाद् ब्रह्मानंदेन तन्यते हठप्रदीपि
काज्योत्स्ना योगमार्गप्रकाशिका १ इदानींतनानां सुबोधार्थमस्याः सु
विज्ञाय गोरक्षसिद्धांतहार्दं मया मेरुशास्त्रिप्रमुख्याभियोगात्स्फुटं क
थ्यतेत्यंतगूढोपि भावः २ मुमुक्षुजनहितार्थं राजयोगद्वारा कैवल्य
फलां हठप्रदीपिकां विधित्सुः परमकारुणिकः स्वात्मारामयोगींद्रस्त
हठयोगप्रवर्तकश्रीमदादिनाथनमस्कारलक्षणं मंगलं तावदाचरति
श्रीआदिनाथेत्यादिना तस्मै श्रीआदिनाथाय नमः अस्तु इत्यन्वयः
आदिश्चासौ नाथश्च आदिनाथः सर्वेश्वर इत्यर्थः श्रीमा
नादिनाथः श्रीआदिनाथः तस्मै श्रीआदिनाथाय ॥ श्रीशब्द आदिर्यस्य
सः श्रीआदिः श्रीआदिश्चासौ नाथश्च श्रीआदिनाथः तस्मै श्रीआदिना

तिस
पायश्रीनाथायावाचनवेदूलर्थः श्रीआदिनाथायेत्यत्र यता भावुकस्त्वाप्रिमास
मसंकुर्याछंदोभंगंस्यजेदुक्तमिति छंदोविदां संप्रदायादुच्चारणमेवं कृत्वेति
बोध्यं [illegible]
[illegible] नमः प्रहीनावो
स्तु प्रार्थनायां लोट् तस्मै कस्मै इत्यपेक्षायामाह येनेति येन श्रीआदिनाथेन ना

श्रीआदिनाथाय नमोऽस्तु तस्मै येनोपदिष्टा हठयोगविद्या विभ्राजते प्रो
न्नतराजयोगमारोढुमिच्छोरधिरोहिणीव॥१॥

उपदिष्टा गिरिजायै हठयोगविद्या हश्च ठश्च हठौ सूर्यचंद्रौ तयोर्योगो
हठयोगः एतेन हठशब्दवाच्ययोः सूर्यचंद्राख्ययोः प्राणापानयोरैक्यलक्षण
प्राणायामो हठयोग इति हठयोगस्य लक्षणं सिद्धं तथा चोक्तं गोरक्षनाथेन

तत्प्रतिपादिका विद्या हठयोगविद्या हठयोगशास्त्रमिति यावत्

सिद्धसिद्धांतपद्धतौ हकारः कीर्तितः सूर्यष्ठकारश्चंद्र उच्यते सूर्याचंद्रमसो

र्योगाद्धठयोगो निगद्यते इति गोरक्षनाथाः श्रीआदिनाथकर्तृको हठविद्योपदेशो महाकाल

योगशास्त्रादौ प्रसिद्धः प्रकर्षेणोन्नतः प्रोन्नतः मंत्रयोगहठयोगादीनामव

२४ सानभूमित्वात् तेभ्य उत्तमत्वात् राजयोगस्य प्रोन्नतत्वं राजयोगश्च सर्ववृत्तिनिरोध

लक्षणोऽसंप्रज्ञातयोगः तं [illegible] मिच्छोः मुमुक्षोः अधिरोहिणीव

अधिरोहत्यनयेत्यधिरोहिणी निःश्रेणीव विभ्राजते विशेषेण भ्राजते

२५ शोभते प्रोन्नतसौधमारोढुमिच्छोः अधिरोहिणी अनायासेन सौधप्रा

पिका भवति एवं हठप्रदीपिकापि प्रोन्नतराजयोगमारोढुमिच्छोः अनाया

सेन राजयोगप्रापिका भवतीत्युपमालंकारः इंद्रवज्राख्यं वृत्तं ॥१॥

एवं परमगुरुनमस्कारलक्षणं मंगलं कृत्वा विघ्नबाहुल्ये मंगलबाहु

ल्यस्यापेक्षितत्वात् स्वगुरुनमस्कारात्मकं मंगलमाच [illegible]

प्रणम्य श्रीगुरुं नाथमिति पूर्वार्धं किं कृत्वा २

इदानीं ग्रंथस्य विषयप्रयोजनादीन्प्रदर्शयति प्रणम्येति श्रीमंतं गुरुं श्रीगुरुंना
थं श्रीगुरुनाथं स्वगुरुमिति यावत् स्वात्मारामेण स्वात्मारामाख्येन योगिना
योगोस्यास्तीति तेन केवलं राजयोगाय केवलराजयोगार्थं हठविद्याउपदि
श्यत इत्यन्वयः ॥ एतेन राजयोगफलसहितो हठयोगोस्य ग्रंथस्य विषयः रा
जयोगद्वारा कैवल्यं चास्य फलं तत्कामश्चाधिकारी ग्रंथविषययोः प्रतिपाद्य यप्र

प्रणम्य श्रीगुरुं नाथं स्वात्मारामेण योगिना केवलं राजयोगाय ह
ठविद्योपदिश्यते २

प्रतिपादकभावः संबंधः ग्रंथस्य कैवल्यस्य च प्रयोज्यप्रयोजकभावः संबंधः ग्रंथा
भिधेयस्य सफलयोगस्य कैवल्यस्य च साध्यसाधनभावसंबंध इत्युक्तं २
६ हठविद्याया राजयोग एव मुख्यं फलं न सिद्धय इति केवलपदस्याभिप्रायः सिद्धयस्त्वानुष
ङ्गिकाः ६

वक्ष्यति च हठं विना राजयोग इत्यादि ५

ननु मंत्रयोगसगुणध्याननिर्गुणध्यानमुद्रादिभिरेव राजयोगसिद्धौ किं हठविद्योपदेशेनेत्याशंक्य व्युत्थितचित्तानां मंत्रयोगादिभी राजयोगासिद्धेर्हठयोगादेव राजयोगसिद्धिं वदन् ग्रंथं प्रतिजानीते भ्रांत्येति मंत्रयोगादिबहुमतरूपे ध्वांते गाढांधकारे या भ्रांतिर्भ्रमः तेषूपाये राजयोगार्थं प्रवृत्तस्य तत्र तत्र तदलाभात् तया राजयोगमजानतां न जानंतीत्यजा

भ्रांत्या बहुमतध्वांते राजयोगमजानतां हठप्रदीपिकां धत्ते
स्वात्मारामः कृपाकरः ॥३॥

जनानां तेषामजानतां राजयोगज्ञानायेति शेषः करोतीति करः कृपायाः करः कृपाकरः कृपाया आकर इति वा तादृशः अनेन हठप्रदीपिकाकरणे महतामनुकंपैव हेतुरित्युक्तं स्वात्मन्यारमत इति स्वात्मारामः हठस्य

हठयोगस्य प्रदीपिकेव प्रकाशकत्वात् हठप्रदीपिका तां अथवा हठ एव प्रदीपिका
हठप्रदीपिका राजयोगप्रकाशकत्वात् तां धत्ते विधत्ते करोतीति यावत् ॥
ज्ञानस्य स्वात्माराम इत्यनेन सप्तमभूमिकां प्राप्तो ब्रह्मविद्वरिष्ठ इत्युक्तं तथा च श्रु
तिः आत्मक्रीड आत्मरतिः क्रियावानेष ब्रह्मविदां वरिष्ठ इति सप्तभूमयश्च
प्रोक्ता योगवासिष्ठे ज्ञानभूमिः शुभेच्छाख्या प्रथमा समुदाहृता विचा
स्या रणा द्वितीया स्यात्तृतीया तनुमानसा सत्त्वापत्तिश्चतुर्थी स्यात्ततो संसक्ति
नामिका पदार्थाभाविनी षष्ठी सप्तमी तुर्यगा स्मृता अस्यार्थः शुभेच्छ
इत्याख्या यस्याः सा शुभेच्छाख्या विवेकवैराग्यशमादिपूर्विका तीव्रमुमुक्षा प्रथ
मा ज्ञानस्य भूमिः भूमिका उदाहृता कथिता योगिभिरिति शेषः १

६

२परोक्ष४

४ विचारणाश्रवणमननात्मिका द्वितीया ज्ञानभूमिः स्यात् २ अनेकार्थग्रा
ज्य२ हकं मनो यदानेकार्थान्परित्यज्य सदेकार्थवृत्तिप्रवाहवर्द्धनेन तदा तनुमानसं व
यस्यां सा तनुमानसा निदिध्यासनरूपा तृतीया ज्ञानभूमिः स्यादिति शेषः ३
इमास्तिस्रः साधनभूमिकाः आसु भूमिषु साधक इत्युच्यते निरुक्ताभिर्भू
मिकाभिः शुद्धसत्वेंतःकरणे अहं ब्रह्मास्मीत्याकारेकोवृत्तिरूपा सत्वा
पत्तिनामिका चतुर्थी ज्ञानभूमिः स्यात् चतुर्थीयं फलभूमिः अस्यां योगी
ब्रह्मविदित्युच्यते ४ इयं संप्रज्ञातयोगभूमिका ४ वक्ष्यमाणास्तिस्रो सं
प्रज्ञातयोगभूमयः ततः सत्वापत्तेरनंतरं सत्वापत्तिसंज्ञिकायां भूमौ उपस्थि
तासु सिद्धिषु असंसक्तरूपा असंसक्तिनामिका ज्ञानभूमिः स्यात् अस्यां योगी
स्वयमेव व्युत्तिष्ठते एतां भूमिं प्राप्तो ब्रह्मविद्वर इत्युच्यते ५ परं ब्रह्मानि

पंचमी २

रिकमर्थं न भावयति यस्यां सा पदार्थाभाविनी षष्ठी ज्ञानभूमिः स्यात् अ
स्यां योगी परप्रबोधित एव व्युत्थितो भवति एतां प्राप्तो ब्रह्मविद्वरीयानित्यु ६
च्यते ६ तुर्यगा नाम सप्तमी ज्ञानभूमिः स्यात् अस्यां योगी स्वतः परतो वा
व्युत्थानं न प्राप्नोति एतां प्राप्तो ब्रह्मविद्वरिष्ठ इत्युच्यते तत्र प्रमाणभूताः श्रु
तिस्त्रैवोक्ता एवं त्रयमेव जीवन्मुक्त इत्युच्यते स एवात्र स्वात्मारामपदे
नोक्त इत्यलं बहूक्तेन ॥ ३ ॥ महत्त्वेन हठविद्याप्रशंसन्तस्यापि म
भा४ हत्त्वकारणं हठविद्यालौट्टो एवं ज्ञानपति हठविद्यां हीति हीति प्रसिद्धं म
३स त्स्येंद्रश्च गोरक्षश्च तौ आद्यौ येषां ते मत्स्येंद्रगोरक्षाद्याः आद्यशब्देन जाल
धरनाथभर्तृहरिगोपीचंद्रप्रभृतयो ग्राह्याः ते हठविद्यां हठयोगविद्यां
विजानते विशेषेण साधनलक्षणभेदफलैर्जानंतीत्यर्थः स्वात्मारामः

५

स्वात्मारामनामाथवाशब्दः समुच्चये योगी योगवान् तत्प्रसादतः गोरक्ष
प्रसादात् जानीते इत्यन्वयः परममहता ब्रह्मणापीयं विद्या सेवितेत्यर्थो यत्र
याज्ञवल्क्यस्मृतिः हिरण्यगर्भो योगस्य वक्ता नान्यः पुरातनः वक्तृत्वं च मा
नसव्यापारपूर्वकं भवतीति मानसो व्यापारो ऽर्थादागतः तथा च श्रुतिः यन्मन

हठविद्यां हि मत्स्येन्द्रगोरक्षाद्या विजानते स्वात्मारामो ऽथवा योगी जा
नीते तत्प्रसादतः ॥४॥

साधयन्ति तद्द्वारा वदन्तीति भगवतापीयं विद्या भागवतादावुद्धवादीन्प्रत्यु
क्ता शिवस्तु योगी प्रसिद्ध एव एवं च सर्वोत्तमैर्ब्रह्मविष्णुशिवैः सेवितेयं विद्या
न च ब्रह्मसूत्रकृता व्यासेन योगो निराकृत इति शंकनीयं प्रकृतिस्वातंत्र्यवि
वेदोंशमात्रस्य निराकरणात् न तु भावनाविशेषरूपयोगस्य भावनायाश्च ५

सर्वसंमतत्वात् तेषां विनाशुखस्याप्यसंभवात् तथोक्तं भगवद्गीतासु नास्ति बु-
द्धिरयुक्तस्य न चायुक्तस्य भावना न चाभावयतः शांतिरशांतस्य कुतः सुख-
मिति नारायणतीर्थैरप्युक्तं स्वांतःप्रसत्यत्वमुखप्रधाने सत्यं च वाचि हृदमने
दवाक्यैः व्यासेन निराचष्ट न भावनाख्ययोगं स्वयंनिर्मितब्रह्मसूत्रैः अपि चात्म
प्रदं योगं व्याकरोन्मुनिमान्यस्तद्वयं भाष्यादिषु नतरां तत्राप्याचार्यप्रकृष्टैर्मतः म-
नोयोगो भगवता गीतायामधिकोऽप्युक्तः शुकादिभिस्तस्मादत्र संनोतिसादरा
इति जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते इति वदता भगवता योगजिज्ञा-
सोरप्युत्कर्ष उक्तः किमुत तद्योगिनः नारदादिभक्तश्रेष्ठैः याज्ञवल्क्यादि
ज्ञानिप्रवरैश्चास्याः सेवनादुक्तज्ञानिनामप्यविरुद्धत्वमुपलभ्यते ५ ।।

२ वेदेषु यज्ञेषु तपःसु चैव दानेषु यत्कर्मफलं प्रदिष्टं अत्येति तत्सर्वमिदं विदित्वा यो २
२ गी परं स्थानमुपैति चाद्यमिति भगवदुक्तेः किं बहुना २

हठयोगे प्रवृत्तिं जनयितुं हठविद्यया प्राप्तैश्वर्यान्सिद्धानाह श्रीआदिनाथेत्यादि
ना आदिनाथः शिवः सर्वेषां नाथानां प्रथमो नाथः ततो नाथसंप्रदायः प्रवृ
त्त इति नाथसंप्रदायिनो वदंति मत्स्येंद्राख्य आदिनाथशिष्यः अत्रैवं किंवदंती
कदाचिदादिनाथः कस्मिंश्चिद्द्वीपे स्थितः तत्र विजनमिति मत्वा गिरिर्यै योग जा
मुपदिष्टवान् तीरसमीपनीरस्थः कश्चन मत्स्यस्तं योगोपदेशं श्रुत्वा एकाग्र
चित्तो निश्चलकायो वतस्थे तं तादृशं दृष्ट्वा अनेन योगः श्रुत इति तं मत्वा कृ
पालुरादिनाथो जलेन प्रोक्षितवान् स च प्रोक्षणमात्राद्दिव्यकायो मत्स्येंद्रः सि
द्धोभूत् तमेव मत्स्येंद्रनाथ इति वदंति शाबरनामा कश्चित्सिद्धः आनंदभैरव
नामाऽन्यः एतेषां उत्तरत्र दृष्टः छिन्नहस्तपादं पुरुषं हिंदुस्थानभाषायां
चौरंगी इति वदंति कदाचिदादिनाथाल्लब्धयोगस्य भुवं पर्यटतो मत्स्येंद्रनाथ
स्य कृपावलोकनमात्रात्कुत्रचिदरण्ये स्थितश्चौरंगी अंकुरितहस्तपादो बभूव स

पश्चिमघट्टे चौरंगीखंडे प्रसिद्धं कथा४ स्त२

चेतन्रूपपर्यासंज्ञानहस्तपादोहमिति मत्वा नत्पाद्यो: प्रति । यत्य मन्मानुग्रहं कु
र्विति प्रार्थितवान् मत्स्येंद्रोपितमनुग्रहीतवान् तस्यानुग्रहाच्चौरंगीति प्रसिद्धः

श्रीआदिनाथमत्स्येंद्रशाबरानंदभैरवाः चौरंगीमीनगोरक्षविरूपाक्षवि
लेशयाः ५ मंथानो भैरवो योगी सिद्धि बुद्धश्च कंथडिः कोरंटकः सुरानंदः
सिद्धपादश्च चर्पटिः ६ कानेरी पूज्यपादश्च नित्यनाथो निरंजनः कपाली
बिंदुनाथश्च काकचंडीश्वराह्वयः ७ अल्लमः प्रभुदेवश्च घोडाचोली च
टिंटिणिः भानुकी नारदेवश्च खंडकापालिकस्तथा ८ इत्यादयो महा
सिद्धाहठयोगप्रभावतः खंडयित्वा कालदंडं ब्रह्मांडे विचरंति ते ९

सिद्धःसोभूत् मीनो मीननाथः गोरक्षो गोरक्षनाथः विरूपाक्षनामा बिलेश
यनामा च चौरंगीप्रभृतीनां द्वंद्वसमासः मंथानः भैरवः योगीति मंथानप्रभृ
तीनां सर्वेषां विशेषणं काकचंडीश्वर इति आह्वयो नाम यस्य स तथा अन्ये स्पष्टाः
तथाशब्दः समुच्चये
५।६।७।८।।

७ इतिपूर्वोक्ताआद्यायेषांतेतथा आदिनाथेनतारानाथादयोमहासिद्धाः महांतश्च
तेसिद्धाश्च अप्रतिहतैश्वर्या इत्यर्थः हठयोगस्यप्रभावात्सामर्थ्यात् इतिहठयो
गप्रभावतः प्रचण्डोसह्यः कालस्य दंडनं दंडः देहप्राणवियोगानुकूलो
व्यापारः तं खंडयित्वा छित्त्वा मृत्युं जित्वेत्यर्थः ब्रह्माण्डे ब्रह्माण्डमध्ये विचरंति

अशेषतापतप्तानां समाश्रयमठो हठः अशेषयोगयुक्तानामाधा
रकमठो हठः ॥ १० ॥

ठ१

विशेषेण अव्याहतं गत्या चरंतीत्यर्थः तदुक्तं भागवते योगेश्वराणां गतिमाहु
रंतर्बहिस्त्रिलोक्याः पवनांतरात्मनामिति ॥ हठस्याशेषतापनाशकत्वम
शेषयोगसाधकत्वं च मठकमठरूपकेणाह अशेषेति अशेषाः आध्यात्मि
काधिभौतिकाधिदैविकभेदेन त्रिविधाः तत्राध्यात्मिकं द्विविधं शारीरं ७

मानसंच तत्रशारीरंदुःखंव्याधिजं मानसंदुःखंकामादिजं आधिभौतिकंव्या
घ्रसर्पादिजनितं आधिदैविकंग्रहादिजनितं तेचतेतापाश्चतैस्तप्तानांसंतप्ता
नांपुंसां हठो हठयोगः सम्यगाश्रीयत इति समाश्रयः आश्रयभूतोमठःमठ
१०: एव तथाऽखिलयोगयुक्तानां अखिलायेयोगायुक्ताःमन्त्रयोगकर्मयोगा
दियुक्तास्तेषांआधारभूतःकमठःकमठएव यथानरातिकिरणतापत
प्तानांपुंसांआश्रयोमठः एवंत्रिविधतापतप्तानांआश्रयोहठः यथाच
विश्वाधारःकमठः एवंनिखिलयोगिनामाधारोहठ इत्यर्थः १० अथा
खिलविद्यापेक्षयाहठविद्याया अतिगोप्यत्वमाह हठविद्येति सिद्धिंअणि
माद्यैश्वर्यंइच्छता यद्वासिद्धिंकैवल्यसिद्धिंइच्छतायोगिना हठवि
द्या हठयोगविद्यापरमत्यंतंगोपनीयागोपनार्हास्तीति तत्रहेतुमाह

मनोगुप्ता हठविद्या वीर्यवती भवेत् अप्रतिहतैश्वर्यजननसमर्था स्यात् कैवल्यसिद्धिजननसमर्था वा भवेत् प्रकाशिता प्रसिद्धिं गमिता तु निर्वीर्या दीर्घकालसेवितापि अप्रतिहतैश्वर्यजननासमर्था कैवल्यसिद्धिजननासमर्था वा स्यात्

हठविद्या परं गोप्या योगिना सिद्धिमिच्छता भवेद्वीर्यवती गुप्ता निर्वीर्या तु प्रकाशिता ११

अथ योगाधिकारि भिनाक्षाय शांताय सत्काय भक्तो विहीनाय दोषरसकाय भक्तो अहीनाय दोषतः कृतज्ञे प्रदेयो न देयो हठश्चेत रस्मै १ याज्ञवल्क्यः विधुक्तकर्मसंयुक्तः कामसंकल्पवर्जितः यमैश्च नियमैर्युक्तः सर्वसंगविवर्जितः। कृतविद्यो जितक्रोधः सत्यधर्मपरायणः गुरुशुश्रूषणरतः पितृमातृपरायणः २ स्वाश्रमस्थः सदाचारो विद्वद्भिश्च सुशिक्षित इति शिष्यादरहितायेव न देयं देयम्पाहि रोहयति कुत्रचित्

अत्र योगचिंतामणिकारः यद्यपि ब्राह्मणक्षत्रियविशां स्त्रीशूद्राणां च पावनं शां
तये कर्मणामन्यद्योगान्नास्ति विमुक्तये इत्यादिपुराणवाक्येभ्यः प्राणिमात्रस्य योगे
धिकार उपलभ्यते तथापि मोक्षरूपफलवति योगे विरक्तस्यैवाधिकार उचितः त
था च वायुसंहितायां दृष्टे तथानुश्रविके विरक्तं विषये मनः यस्य तस्याधिकारोऽस्मिन्
योगे नान्यस्य कस्यचित् श्रीमदाचार्याः इहामुत्रविरक्तस्य संसारं प्रजिहास
तः जिज्ञासोरेव कस्यापि योगेऽस्मिन्नधिकारिता ^वृद्धैरप्युक्तं नैतद्देयं दुर्विनीताय
जातु ज्ञानं गुप्तं तद्धि सम्यक्फलाय अस्थाने हि स्थाप्यमानैव वाचां देवी कोपान्नि
र्दहेन्नं चिराय इति

हठयोग दीपिका

अथ हठाभ्यासयोग्यं देशमाह सुराज्ये इति राज्ञः कर्म भावो वा राज्यं तत्शोभनं
यस्मिन्स सुराज्यं तस्मिन्सुराज्ये यथा राजा तथा प्रजा इति हेतोः राज्ञः शोभनत्वा
प्रजानामपि शोभनत्वं सूचितं धार्मिके धर्मवति अनेन हठाभ्यासिनोनुकूलाहारा
दिलाभः सूचितः सुभिक्ष इत्यनेनानायासेनान्नलाभः सूचितः निरुपद्रवे चौर

सुराज्ये धार्मिके देशे सुभिक्षे निरुपद्रवे धनुःप्रमाणपर्यंतं शिलाग्नि
जलवर्जिते एकांते मठिकामध्ये स्थातव्यं हठयोगिना

व्याघ्राद्युपद्रवरहिते एतेन देशस्य दीर्घकालवासयोग्यता सूचिता धनुषः प्रमा
२२ णं धनुःप्रमाणं चतुर्हस्तमात्रं तत्पर्यंतं शिलाग्निजलवर्जिते शिलाः प्रस्तराः अग्नि
र्वह्निः जलं तोयं तैर्वर्जिते रहिते यत्रासनं तत्र चतुर्हस्तमात्रे शिलाग्निजलानि न
स्युरित्यर्थः तेन शीतोष्णविकाराभावः सूचितः एकांते विजने जनसमागमाभावात्

१२ इत्यने॰

१ कलहवार्त्ताद्यभावः सूचितः जनसंमर्दे तु कलहादिकं स्यादेव तदुक्तं भागवते वासे
१० बहूनां कलहो भवेद्वार्त्ता द्वयोरपीति तादृशे देशे मठिकामध्ये अल्पो मठो मठिका
अल्पीयसि कन् तस्याः मध्ये हठयोगिना हठाभ्यासी योगी हठयोगी तेन शाक
पार्थिवादिवत्समासः [illegible] स्थातव्यं स्थातुं योग्यं मठिकामध्ये इत्यनेन रीता

अल्पद्वारमरंध्रगर्त्तविवरं नात्युच्चनीचायतं सम्यग्गोमयसांद्रलिप्तमम
लं निःशेषजंतूज्झितं बाह्ये मंडपवेदिकूपरुचिरं प्राकारसंवेष्टितं
प्रोक्तं योगमठस्य लक्षणमिदं सिद्धैर्हठाभ्यासिभिः १३

तथादिजनितक्लेशाभावः सूचितः [illegible] हाद्विहारेण हठयोगस्य सि १०
द्धये इत्यर्द्धकेन विशिष्टत्वान्नध्याहर्त्तव्याः ते [illegible] पूर्वश्लोकानामेवात्रव्या १
ख्याने एवमग्रेपि ईदृशा यान व्याख्याताः श्लोकाः हठप्रदीपिकापलम्येरन्
तेषां वेत्तिपूर्वा इति बोध्यं चिका १

अथ मठलक्षणमाह अल्पद्वारेति अल्पंद्वारं यस्मिन्तत्तादृशं रंध्रोज
वाक्षादिः गर्त्तो निम्नप्रदेशः विवरो मूषकादिबिलं ते न संति यस्मिन्तत्
अन्तर तादृशं अनुच्चैर्नीचं च अनुच्चनीचं न च तत्र आयतं च अनुच्चनीचायतं
X नेअनुच्चनीचायतं नानुच्चनीचायते नञ्शब्दे नसमासान्नलोपाभावः ने
तिवचकपदेवो X विशेषणविशेष्यणबहुलमित्यत्र बहुलग्रहणाद्विशे
षणमात्रद्वितीयदर्शनेनाकर्मधारयः ननु अनुच्चनीचायतशब्दानां भिन्नार्थका
नां कथं कर्मधारयः तत्पुरुषः समानाधिकरणः कर्मधारय इति नइत्ये
णात् इति चेत् न मैते तेषां सामानाधिकरण्यसंभवात् अनुच्चश्चासौ
हेतोः क्रमः स्यात् अतिनीचः अवरोहणोऽक्रमो भवेत् आयतेन दूरदृष्टि
र्भवेत् तन्निराकरणार्थमुक्तं नानुच्चनीचायतमिति सम्यक्सम्मीनितपा
ा१ ची

...द्भिर्निवसिताः इति ५

११ शमयेन गोःपुरीषेण सांद्रं यथा भवति तथा लिप्तं भूतलं निर्मलं निःशेषाणि वि
लायजंतवः मशकमत्कुणाद्यास्तै रहितं तस्मिन् रहितं बाह्यमुखाद्बहिःप्रदेशे मंडपः
शालाविशेषः वेदिः परिष्कृता भूमिः कूपो जलाशयविशेषः तैः रुचिरं रमणीयं प्रा
कारेणावरणेन सम्यक्परितः वेष्टितं परितोभित्तियुक्तमित्यर्थः हठाभ्यासिभिः हठ
सिद्धै योगाभ्यासनशीलैः इदं पूर्वोक्तं अल्पद्वारमरंध्रादिकं योगमठस्य लक्षणं स्वरूपं
प्रोक्तं कथितं नंदिकेश्वरपुराणोक्तं मठलक्षणमाह मंदिरं रम्यविन्यासं
मनोज्ञं गंधवासितं धूपामोदादिसुरभिकुसुमोत्करमंडितं मुनितीर्थनदीवृक्ष
पद्मिनीशैलशोभितं चित्रकर्मनिबद्धं च चित्रभेदविचित्रितं कुर्याद्योगस्य धी
मान्सुरम्यं शुभवर्त्मना दृष्ट्वा चित्रगतान्भावान्मुनीन्याति मनः शमं सिद्धान्दृष्ट्वा
चित्रगतान्मतिरभ्युद्यमे भवेत् मध्ये योगस्य कुर्यात्तल्लिखेत्संसारमंडलं श्मशानं च
महाघोरं नरकांश्च लिखेत्क्वचित् तान्दृष्ट्वा भीषणाकारान्संसारे सारवर्जितं निर्वेदं (न) ११

दोभवतियोगीसिद्धसिलाकुकः पदंपश्चव्याधितान्नंतन्नान्नतांश्चलद्वगान् ॥ १३ ॥
मठलक्षणमुक्त्वामठेयत्कर्तव्यंतदाह एवंविधइति एवंपूर्वोक्ताविधाप्रकारोयस्य
सतथा पूर्वोक्तलक्षणोइत्यर्थः तस्मिन्स्थित्वास्थितिंकृत्वा सर्वाभ्यश्चिंताभ्योनिर्वि
शेषेणवर्जितोरहितः अथवाचिंतारहितः गुरुणाउपदिष्टोयोमार्गः हठाभ्यास

एवंविधेमठेस्थित्वासर्वचिंताविवर्जितः गुरूपदिष्टमार्गे
णायोगमेवसदाभ्यसेत १४

प्रकाररूपः तेन सदा नित्यंयोगमेवअभ्यसेत् एवशब्देनाभ्यासांतरस्ययोगे
२ विघ्नकर्त्वंसूचितं गुरूपदिष्टमार्गेणेत्यनेनगुरूपदेशंविनायोगोनसिध्यती
तिसूचितं तदुक्तंयोगबीजे गुरूज्ञयोपयस्यसिद्धस्तंसेवेतगुरुंसदा गुरुवक्त्रप्रसादे
नकुर्यान्मायाराजयंबुधः राजयोगेवेदांततर्कोक्तिनिगमेश्वनानाविधैः शास्त्रकंद

मि: १

१२ वकेश्च ध्यानादिसत्करौर्नगम्याश्चिंतामणिं एकगुरुं विहाय स्कंदपुराणे
आचार्याद्योगसर्वस्वमवाप्य स्थिरधीः स्वयं यदोक्तं लभते तेन प्राप्नोत्यपि च नि
र्वृतिं सुरेश्वराचार्याः गुरुप्रसादाल्लभते योगमष्टांगसंयुतं शिवप्रसादाल्लभते
योगसिद्धिं च शाश्वतीं श्रुतिश्च यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा दे
थाये वेत थागुरौ तस्यैते कथिता ह्यर्थाः प्रकाशंते महात्मनः इति आचार्यवान्पु

अत्याहारः प्रयासश्च प्रजल्पो नियमग्रहः ज
नसंगश्च लौल्यं च षड्भिर्योगो विनश्यति १५

रुषो वेदेति च १४ अथ योगाभ्यासप्रतिबंधकानाह अत्याहार इति अतिशयि
तो आहारोत्याहारः क्षुदपेक्षयाधिकभोजनं प्रयासः श्रमजनकोव्यापारः लोक
प्रकृष्टो जल्पः प्रजल्पो बहुभाषणं शीतोदकेन प्रातःस्नाननक्तभोजनफला १२

२५ नुर

१३

हारादिरूपनियमस्याग्रहो नियमाग्रहः जनानां संगो जनसंगः कामादिजनकत्वात् लौल्यस्य मनसो लौल्यं चांचल्यं षड्भिरेताहारादिभिरभ्यासप्रतिबंधात् योगो विनश्यति विनश्यत्यज्ञानव्याप्ति अथ योगसिद्धिकरानाह उत्साहादिति विषयप्रवणं चित्तं निरोत्स्याम्येवेत्युद्यम उत्साहः साध्यत्वासाध्यत्वे परिभाव्य

उत्साहात्साहसाद्धैर्यात्तत्वज्ञानाच्च निश्चयात्
जनसंगपरित्यागात्षड्भिर्योगः प्रसिध्यति १६

सहसा प्रवृत्तिः साहसं यावज्जीवनं सेत्स्यत्येवेत्यखेदो धैर्यं विषया मृगतृष्णाजलवदसंतः ब्रह्मैव सदिति वास्तविकं ज्ञानं तत्वज्ञानं योगांगानां वास्तविकं ज्ञानं वा शास्त्रगुरुवाक्येषु विश्वासो निश्चयः श्रद्धेति यावत् जनानां योगाभ्यासप्रतिकूलानां संगस्तस्य परित्यागात् षड्भिरेभिर्योगः प्रकर्षेणाविलंबेन सिध्यतीत्यर्थः १६

१२ आदो आसनकथने संगतिं सामान्यतः फलं चाह हठस्येति हठस्य आस
नकुंभकचित्रं मुद्राख्यं करणं नाद्या नादानुसंधानमिति चत्वार्यंगानि च
त्वार्यंगानि प्रत्याहारादिसमाध्यंतानां नादानुसंधानेंतर्भावः तेषु आस
नस्य प्रथमांगत्वात्पूर्वमासनमुच्यत इति संबंधः तत् आसनं स्थैर्यं देहस्य

हठस्य प्रथमांगत्वादासनं पूर्वमुच्यते कु
र्यात्तदासनं स्थैर्यमारोग्यं चांगलाघवं १७

मनसश्च चांचल्यरूपरजोधर्मनाशकत्वेन स्थिरतां कुर्यात् आसनेन रजो
हंतीति वाक्यात् आरोग्यं चित्तविक्षेपकरोगाभावं रोगस्य चित्तविक्षेपकत्व
मुक्तं पातंजलसूत्रे व्याधिस्त्यानसंशयप्रमादालस्याविरतिभ्रांतिदर्शनाल
ब्धभूमिकत्वानि चित्तविक्षेपास्तेंतराया इति अंगानां लाघवं लघुत्वं गौर
वरूपतमोधर्मनाशकत्वमप्येतेनोक्तं चकारात्क्षुदुद्बोधादिकमपि बोध्यं १७ १३

वसिष्ठादिसंमतासनमध्ये श्रेष्ठानि मयोच्यंत इत्याह वसिष्ठाद्यैरिति वसि
ष्ठ आद्यो येषां याज्ञवल्क्यादीनां तैः मुनिभिर्मननशीलैः चकारान्मंत्रादिपरैः
मत्स्येंद्र आद्यो येषां जालंधरनाथादीनां तैः योगिभिः हठाभ्यासिभिः चकारान्मु
द्रादिपरैः अंगीकृतानि चतुरशीत्यासनानि तन्मध्ये कानिचित् श्रेष्ठानि मया कथ्यंते १८

वसिष्ठाद्यैश्च मुनिभिर्मत्स्येंद्राद्यैश्च योगिभिः अंगीकृतान्यासनानि कथ्यं
ते कानिचिन्मया १८ जानूर्वोरंतरे सम्यक् कृत्वा पादतले उभे ऋजुका
यः समासीनः स्वस्तिकं तत्प्रचक्षते १९

यद्यप्युभयोरपि मननहठाभ्यासौ स्तस्तथापि वसिष्ठादीनां मननैकरत्वं मत्स्येंद्रा नं१
दीनां हठाभ्यासैकरत्वमिति प्रसिद्धम् १८ तत्र सुकरत्वात्प्रथमं स्वस्तिका
सनमाह जानूर्वोरिति जानु च ऊरू च अत्र जानुशब्देन जानुसंनिहितो जं
घाप्रदेशो ग्राह्यः जंघोर्वोरिति पाठस्तु साधीयान् तयोरंतरे मध्ये उभे पाद

१४ पास्ते तलप्रेक्षे कृत्वा ऋजुकायः समकायः स्वस्तिकं समासीनो भवेत् तदासनं
स्वस्तिकं स्वस्तिकाख्यं प्रचक्षते वदंति योगिन इति शेषः १९ गोमुखासनमा
ह सव्य इति सव्ये वामे पृष्ठस्य पार्श्वे स्वप्रदेशे कटेरधोभागे दक्षिणं गुल्फं नि
योजयेत् दक्षिणेपि पृष्ठपार्श्वे तथा सव्यं वामं गुल्फं नियोजयेत् गोमुख

सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठपार्श्वे नियोजयेत् ८

श्लो दक्षिणेपि तथा सव्यं गोमुखं गोमुखाकृति २०

एकं पादं तथैकस्मिन् विन्यसेदूरुणि स्थिरं ३

इतरस्मिंस्तथा चोरुं वीरासनमितीरितं २१

स्याकृतिरिवाकृतिर्यस्य तत्तादृशं गोमु खं गोमुखं संज्ञकमासनं भवेत् २०
वीरासनमाह एकमिति एकं दक्षिणं पादं तथा पादपूरणे एकस्मिन् वामे ऊरुणि
स्थिरं विन्यसेत् इतरस्मिन् वामे पादे ऊरुं दक्षिणं विन्यसेत् तद्वीरासनमितीरितं १८
कथितं २१

कूर्मासनमाह गुदमिति गुल्फाभ्यां गुदं निरुध्य व्युत्क्रमेण यत्र सम्यगाहितः स्थि
तो भवेत् एतत्कूर्मासनं भवेत् इति योगविदो विदुरित्यन्वयः २२ कुक्कुटासनमाह
पद्मासनं त्विति पद्मासनं तु ऊर्वोरुपरि उत्तानचरणस्थापनेरूपं सम्यक् स्था
पयित्वा जानुपदेन जानुसंनिहितो जंघाप्रदेशः न तु ऊरुश्च जानू ऊरू तयोः अं

गुदं निरुध्य गुल्फाभ्यां व्युत्क्रमेण समाहितः कूर्मासनं भवेदेतदिति
योगविदो विदुः २२ पद्मासनं तु संस्थाप्य जानूर्वोरंतरे करौ निवेश्य
भूमौ संस्थाप्य व्योमस्थं कुक्कुटासनं २३ कुक्कुटासनबंधस्थो दोर्भ्यां
संबध्य कंधरां भवेत्कूर्मवदुत्तान एतदुत्तानकूर्मकं २४

तरे मध्ये करौ निवेश्य भूमौ संस्थाप्य कराविति अपि संबध्यते व्योमस्थं खस्थं प
द्मासनसदृशं यत्तत्कुक्कुटासनं २३ कूर्मासनमाह कुक्कुटासनेति कुक्कुटास
टा॰

मस्य यो बंधः पूर्वश्लोकोक्तः तस्मिन् स्थितः दोर्भ्यां बाहुभ्यां कंधरां ग्रीवां संबध्य कू
नोर र्मवत् उत्तानो यस्मिन् भवेत् एतत् आसनं उत्तानकूर्मकं नाम २४ धनुरासनमाह
पादांगुष्ठौ त्विति पाणिभ्यां पादयोः अंगुष्ठौ गृहीत्वा श्रवणावधि कर्णपर्यंतं धनु
षः आकर्षणं यथा भवति तथा कुर्यात् गृहीतांगुष्ठैकपाणिं प्रसारितं कृत्वा गृ

पादांगुष्ठौ तु पाणिभ्यां गृहीत्वा श्रवणावधि धनुराकर्षणं कुर्याद्धनुरास
नमुच्यते २५ वामोरुमूलार्पितदक्षपादं जानोर्बहिर्वेष्टितवामपादं प्रगृह्य
तिष्ठेत्परिवर्तितांगः श्रीमत्स्यनाथोदितमासनं स्यात् २६

हीतांगुष्ठमितरपाणिं कर्णपर्यंतमाकुंचितं कुर्यादित्यर्थः एतत् धनुरासनं उ
च्यते २५ मत्स्येंद्रासनमाह वामोरुमूलेति वामोरुमूले अर्पितः स्थापितो यो द
क्षपादः तं संप्रदायात् पृष्ठतोगतेन वामपाणिना गुल्फस्योपरिभागे प्रगृह्य जा
नोः दक्षिणपादजानोः बहिः बहिःप्रदेशे वेष्टितो यो वामपादः तं वामपादजानोः बहि १
ह्रि

५ ष्ठतो मुखं यथा स्यात्तथा परिवर्तितांगः श्रीमत्स्येन २६ १

वेष्टितदक्षपादांगुष्ठं प्रगृह्य परिवर्तितांगः वामभागेन पृष्ठतो मुखं य
था स्यात्तथा परिवर्तितं परावर्तितमंगं येन स तथा तादृशो यत्र तिष्ठेत् तिष्ठति कु
र्यात् तदासनं मत्स्येंद्रनाथेनोदितं कथितं स्यात् तदुदितत्वात् तन्नामकमेव बु
द्धि एवं दक्षोरुमूलार्पितवामपादं दक्षजानुतो बहिर्वेष्टितदक्षिणपादांगुष्ठं प्रगृह्य परिवर्तितांगो म
हिर्वेष्टितदक्षपादं दक्षिणपादजानोः बहिर्वेष्टितवामपादांगुष्ठं प्रगृह्य दक्षभागेन पृ

मत्स्येंद्रपीठं जठरप्रदीप्तिं प्रचंडरुग्मंडलखंडनास्त्रं अभ्यासतः कुं
बो२ डलिनीप्रबोधं चंद्रस्थिरत्वं च ददाति पुंसां २७

मत्स्येंद्रासनस्य फलमाह मत्स्येंद्रेति प्रचंडदुःसहं यत् रुजां रोगाणां मंडलं समूहः
टु२ तस्य खंडने छेदने अस्त्रं अस्त्रमिव तां मत्स्येंद्रपीठं मत्स्येंद्रासनं अभ्यासतः प्रत्यहमावृ
र्त्तनरूपादभ्यासात् पुंसां जठरस्य जठराग्नेः प्रकृष्टां दीप्तिं वृद्धिं ददाति तथा
कुंडलिन्या आधारशक्तेः प्रबोधं निद्राभावं तथा

१६ चंद्रस्य तालुन उपरिभागे स्थितस्य नित्यं क्षरतः स्थिरत्वं क्षरणाभावं ददातीत्यर्थः २७
पश्चिमतानासनमाह प्रसार्येति भुवि भूमौ दंडस्य रूपमिव रूपं ययोस्तौ दंडा
कारौ श्लिष्टगुल्फौ प्रसार्य प्रसारितौ कृत्वा दोर्भ्यां आकुंचिततर्जनीभ्यां भुजा
भ्यां पदोः अग्रे तयोर्द्वितयं द्वयं अंगुष्ठप्रदेशौ बलादाकर्षणपूर्वकं यथा जान्व
प्रसार्य पादौ भुवि दंडरूपौ दोर्भ्यां पदाग्रद्वितयं गृहीत्वा जानूपरि
न्यस्तललाटदेशो वसेदिदं पश्चिमतानमाहुः २८ इति पश्चिम
तानमासनाग्र्यं पवनं पश्चिमवाहिनं करोति उदयं जठरानलस्य
कुर्यादुदरे कार्श्यमरोगतां च पुंसां २९
वोभागस्य न्नमेरुत्थानेनस्यात्तत्पा गृहीत्वा जानुनोरुपरिन्यस्तो ललाट
देशो येन तादृशो यत्र वसेत् इदं पश्चिमताननामकमासनमाहुः २८ अथ
तत्फलं कथयति इति पूर्वोक्तं आसनेषु अग्र्यं मुख्यं पश्चिमतानं पवनं प्रा

२ नली

णं पश्चिमवाहिनं पश्चिमेन पश्चिममार्गेण सुषुम्नामार्गेण सुषुम्नामार्गेण वहती
ति पश्चिमवाहीनं नादृशं करोति जठरानलस्य जठराग्नेः तस्य उदयं वृद्धिं कुर्यात्
श्रे उदरे मध्यप्रदेशे कार्श्यं कृत्वा कुर्यात् आरोग्यतां आरोग्यं च करोति नाडीचलनादि
साम्यं कुर्यात् ॥२९॥ अथ मयूरासनमाह धरामिति करद्वयेन करयोर्द्वयं युग्मं तेन धरां

धरामवष्टभ्य करद्वयेन तत्कूर्परस्थापितनाभिपार्श्वः उच्चास
नो दण्डवदुत्थितः स्यात् मायूरमेतत्प्रवदन्ति पीठं ॥३०॥

नली

भूमिमवष्टभ्य अवलम्ब्य प्रसारितांगुली भूमिसंलग्नौ तन्निहितौ करौ कृत्वेत्यर्थः
तस्य करद्वयस्य कूर्परयोः भुजमध्यसन्धिभागयोः स्थापितौ धृतौ नाभेः पार्श्वौ पार्श्व
गौर भागौ येन उच्चासनः उन्नतमासनं यस्य तादृशः खे शून्ये दण्डवत् दण्डेन तुल्यं
उत्थितः ऊर्ध्वं स्थितो यत्र भवति तत् मायूरं मयूरस्येदं तत्संज्ञं विद्यात् तन्नामकं प्रवदं
तियोगिन इति शेषः ॥३०॥

१७ मुद्गरास्सन्नशूलानाह हरतीति गुल्मो रोगविशेषः उदरं जलोदरं ते आदिनीये
पोप्लीहादीनां तेतथा तान् सकलरोगांस्स कलाये रोगास्तान् आत्रजरे इति
पेलने हरति नाशयति श्रीमद्भैरवेति सर्वत्र संबध्यते दोषान्वातपित्तकफान्
आलस्यादीनभिभवति तिरस्करोति बहुक्षति शापितं कदशनं कदन्नंय

हरति सकलरोगानाशु गुल्मोदरादीनभिभवति च दोषानासनं श्रीमदूर्ध्वं
बहुकदशनभुक्तं भस्म कुर्याद्दशेषं जनयति जठराग्निं जारयेत्कालकूटं ३१

भुक्तं नदशेषं समस्तं भस्म कुर्यात् पाचयेदित्यर्थः जठराग्निं जठरानलं जन
यति प्रादुर्भावयति कालकूटं विषं कालकूटशब्दोत्र कालकूटवदुग्र
एकान्तपरः तं जारयेत् जीर्णं कुर्यात् पाचयेदित्यर्थः ३१ शवाशिनमान्हर्दन
उन्मानमिति शवेन मृतशरीरेण तुल्यशवेवत् उन्नोनं भूमिसलहष्ठ
पं१ १९

यथा स्यात्तथा शयनं निद्रायामिव स्थितं निवेशो यस्य तत् शवासनं शवाख्यमासनं ष्ठ
६ग भ्यात शवासनं श्रान्तिहरं श्रान्तिः श्रमं हरतीति श्रान्तिहरं चित्तस्य विश्रान्तिः विश्रामस्तस्याः कार-
कं ३२ वक्ष्यमाणासनचतुष्टयस्य श्रेष्ठत्वं वदन्नाह चतुरशीतीति शिवेन
ईश्वरेण चतुरधिकाशीतिसंख्याकान्यासनानि कथितानि चकाराच्चतुर-
शीति

उत्तानं शववद्भूमौ शयनं तच्छवासनं शवासनं श्रान्तिहरं चित्तवि-
श्रान्तिकारकं ३२ चतुरशीत्यासनानि शिवेन कथितानि च तेभ्यश्च-
तुष्कमादाय सारभूतं ब्रवीम्यहं ३३

लक्षाणि च तदुक्तं गोरक्षनाथेन
आसनानि च तावन्ति यावन्तो जीवजातयः एतेषामखिलान्भेदान् विजाना-
ति महेश्वरः चतुरशीतिलक्षाणि एकैकं समुदाहृतं ततः शिवेन पीठानां षोडशोनं शतं
कृतमिति तेभ्यः शिवोक्तचतुरशीतिलक्षासनानां मध्ये सारभूतानि निरन्तरश्रे
यै

स्यासनानि तेभ्यः आदाय गृहीत्वा सारभूतं श्रेष्ठभूतं चतुष्कं अहं ब्रवीमीत्यन्वयः ३३
तदेव चतुष्कं नाम्ना निर्दिशति सिद्धमिति सिद्धं सिद्धासनं पद्मं पद्मासनं सिंहं
सिंहासनं भद्रं भद्रासनं च इति चतुष्टयं श्रेष्ठं अतिशयेन प्रशस्यं तत्रापि चतुष्टये
सने अपि सुखे सुखकरे सिद्धासने सदा तिष्ठेत् एतेन सिद्धासनं चतुष्टयेप्युत्कृष्टमिति सूचितं ३४
सिद्धं पद्मं तथा सिंहं भद्रं चेति चतुष्टयं श्रेष्ठं तत्रापि च सुखे तिष्ठेत् सिद्धासने सदा ३४
तत्र सिद्धासनं योनिस्थानकमंघ्रिमूलघटितं कृत्वा दृढं विन्यसेन्मेढ्रे पाद
मथैकमेव हृदये कृत्वा हनुं सुस्थिरं स्थाणुः संयमितेंद्रियोचलदृशा पश्ये
तरं द्भ्रुवोः हि एतन्मोक्षकपाटभेदजनकं सिद्धासनं प्रोच्यते ३५ ति
आसनचतुष्टयेप्युत्कृष्टत्वात्प्रथमं सिद्धासनमाह तत्रेति योनिस्थानकमिति योनिस्था
नमेव योनिस्थानकं स्वार्थे कप्रत्ययः तत् अंघ्रिर्दक्षिणस्तस्य मूलेन पार्ष्णिभागेन वामं
घटितं संलग्नं कृत्वा आपानंतरं एकं पादं दक्षिणं मेढ्रे इंद्रियस्योपरिभागे दृ
ढं यथा स्यात्तथा विन्यसेत् हृदये हृदयसमीपे हनुं चिबुकं सुस्थिरं सम्यक्स्थि
गुदोपस्थयोः मध्यप्रदेशो योनिस्थानं २ १८

रं कृत्वा हनुहृदययोश्चतुरंगुलमंतरं यथा भवति तथा कृत्वेति रहस्यं संयमितें-
द्रियः विषयेभ्यः प्रत्याहृतानि इंद्रियाणि येन स तथा अचला या दृक् दृष्टिः स्पष्टा भ्रुवोर-
न्तरमध्यं पश्येत् हि प्रसिद्धं मोक्षस्य कपाटं प्रतिबंधकं तस्य भेदनं नाशं जनय-
तीति तादृशं सिद्धासनं योगिनः आसनं आस्यतेऽनेनेति वा आसनं सिद्धा-

मतांतरे तु मेढ्रादुपरि विन्यस्य सव्यं गुल्फं तथोपरि गुल्फांतरं च नि-
क्षिप्य सिद्धासनमिदं भवेत् ३६ पूर्वोक्तमेव मत्स्येंद्रमते-

न सिद्धासननामकमिदं भवेदित्यर्थः ३५ मत्स्येंद्रसंमतं सिद्धासनमुक्त्वान्यसंमतं वक्तु-
माह मतांतरे त्विति तदेव दर्शयति मेढ्रादिति मेढ्रादुपस्थादुपरि ऊर्ध्वभागे स-
व्यं वामं गुल्फं विन्यस्य तथा सव्यवत् गुल्फांतरं दक्षिणं गुल्फं च निक्षिप्य वृ-
त्तिरिति शेषः इदं सिद्धासनं मतांतराभिमतं भवेदित्यर्थः ॥ ३६ ॥ अथ तत्र प्रथमं मे-
उपरि सव्यपादस्योपरि निजगुल्फे गुल्फे स्थिरे

अत्रैव मतभेदान्नामभेदानाह एतदिति एतत्पूर्वोक्तं सिद्धासनं सिद्धासन
नामकं प्राहुः केचिदित्यध्याहारः अन्ये वज्रासनं वज्रासनसंज्ञकं विदुः जा
नंति एके मुक्तासनं मुक्तासनाभिधं वदंति परे गुप्तासनं गुप्तासनाख्यं प्राहुः अत्रास
नाभिज्ञाः यत्र वामपादपार्ष्णिं मूलस्थाने नियोज्य दक्षिणपादपार्ष्णिं मेढ्रादुपरि

एतत्सिद्धासनं प्राहुरन्ये वज्रासनं विदुः मुक्तासनं वदंत्येके प्राहुर्गुप्ता
सनं परे ३७ यमेष्विव मिताहारमहिंसां नियमेष्विव मुख्यं सर्वासने
ष्वेकं सिद्धाः सिद्धासनं विदुः ३८

स्थाप्यते तत्सिद्धासनं यत्र वामपादपार्ष्णिर्योनिस्थाने नियोज्य दक्षिणपादपार्ष्णिं
मेढ्रादुपरि स्थाप्यते तद्वज्रासनं यत्र तु दक्षिणसव्यपार्ष्णिद्वयं सुपर्यधोभागेन
संयोज्य योनिस्थाने संयोज्यते तन्मुक्तासनं यत्र च पूर्ववत्संयुक्तं पार्ष्णिद्वयं मेढ्रा १९
दुपरि निधीयते तद्गुप्तासनमिति ३७ अथ त्रिभिः श्लोकैः सिद्धासनं प्रशंसति॥ १९

यमेष्विव्यादिभिः यमेषु मिताहारमिव मिताहारो वक्ष्यमाणः सुस्निग्धमधुराहा
रइत्यादिना नियमेषु अहिंसामिव सर्वाण्यासनानि तेषु सिद्धः प्रकं सिद्धा
सनेषु मुख्यं विदुरिति संबंधः ३८ चतुरशीतीति चतुरधिकाशीतिसंख्याकानि
यान्यपीठानि तेषु सिद्धमेव सिद्धासनमेव सदा सर्वदा अभ्यसेत् सिद्धासनस्य

चतुरशीतिपीठेषु सिद्धमेव सदाभ्यसेत् द्वासप्ततिसहस्राणां नाडीनां म
लशोधनं ३९ आत्मध्यायी मिताहारी यावद्द्वादशवत्सरं सदा
सा सिद्धासनाभ्यासाद्योगी निष्पत्तिमाप्नुयात् ४०

सदाभ्यासे हेतुगर्भं विशेषणं द्वासप्ततिसहस्राणां नाडीनां मलस्य शोधनं शो
धकं यतः ३९ आत्मध्यायीति आत्मानं ध्यायतीति आत्मध्यायी मिताहा
रोऽस्यास्तीति मिताहारी यावंतो द्वादश वत्सराः यावद्द्वादशवत्सरं यावद्व्यारर्ता
इत्यव्ययीभावसमासः द्वादशवत्सरपर्यंतमित्यर्थः सदा सर्वदा सिद्धासनस्याभ्यासा

त् योगी योगाभ्यासी निष्पत्तिं योगसिद्धिं आप्नुयात् प्राप्नुयात् योगांगांतरमंतरेण
आसन२ सिद्धासनमात्रेण सिद्धिं प्राप्नुयादित्यर्थः ४० किमन्यैरिति सिद्धासने सिद्धे सति
अन्यैर्बहुभिः पीठैरासनैः किं न किमपीत्यर्थः॥ सावधाने प्राणानिले प्राणवायौ केवल
स्था कुंभके बद्धे सति उन्मनी उन्मन्यवस्था सा कलेव आह्लादकत्वाच्चंद्रकलेव निरायासा

किमन्यैर्बहुभिः पीठैः सिद्धे सिद्धासने सति प्राणानिले सावधाने बद्धे केवल
सा कुंभके उत्पद्यते निरायासात्स्वयमेवोन्मनी कला तथैकस्मिन्नेव दृढे ब
द्धे सिद्धासने सति ४२ बंधत्रयमनायासात्स्वयमेवोपजायते॥ ॥

सादनायासात्स्वयमेव उत्पद्यते उदेति॥ तथेति तथोक्तप्रकारेण एकस्मिन्नेव सि
द्धासने दृढे बद्धे सति बंधत्रयं मूलबंधोड्डियानबंधजालंधरबंधरूपं अनाया
सात् पार्ष्णिभागेन संपीड्य योनिमाकुंचयेदित्यादिवक्ष्यमाणप्रकारेण मूल
बंधादित्रयं आयासः तं विनैव स्वयमेव उपजायते स्वतएवोत्पद्यत इत्यर्थः॥ ॥

नास्तु न मिति सिद्धेन सिद्धासनेन सदृशं आसनं न आस्तीति शेषः केवलेन केव
लकुंभकेन उपमीयत इति केवलोपमः कुंभः कुंभको नास्ति खेचरीमुद्रासमा
मुद्रा नास्ति नादसदृशो लयो लयहेतुर्नास्ति ४४ पद्मासनं वक्तुं उपक्रमते
अथेति पद्मासनमाह वामोरूपरीति वामो यश्च ऊरुः तस्य उपरि दक्षिणां चरणां च

नासने सिद्धसदृशं न कुंभः केवलोपमः न खेचरीसमा मुद्रा न नादसदृशो
लयः ४४ अथ पद्मासनं वामोरूपरि दक्षिणं च चरणं संस्थाप्य वामं त
था दक्षोरूपरि पश्चिमेन विधिना धृत्वा कराभ्यां दृढं अंगुष्ठौ हृदये नि
धाय चिबुकं नासाग्रमालोकयेदेतद्व्याधिविनाशकारि यमिनां पद्मा
सनं प्रोच्यते ४५

कारः पादपूरणे संस्थाप्य सम्यगुत्तानं स्थापयित्वा वामं सव्यं चरणं पादं दक्षिणच
रणवत् दक्षोर्दक्षिणो य ऊरुः तस्य उपरि संस्थाप्य पश्चिमेन पश्चिमभागेन पृ
ष्ठभागेनेति विधिर्विधानं करयोरिति पर्यात् तेन कराभ्यां हस्ताभ्यां दृढं यथा स्यात्तथा

२१ ऽंगुष्ठौ पादांगुष्ठौ हस्त्वा गृहीत्वा। दक्षिणं चरणं पृष्ठतः कृत्वा वामोरुस्थित
दक्षिणचरणांगुष्ठं गृहीत्वा वामकरं पृष्ठतः कृत्वा दक्षिणोरुस्थितवामचरणां
गुष्ठं गृहीत्वेत्यर्थः हृदये हृदयसमीपे सामीपिकाधारे सप्तमी चिबुकं हनुं नि
धाय उरसश्चतुरंगुलांतरे चिबुकं निधायेति रहस्यं नासाग्रं नासिकाग्रमालो

मतांतरे उत्तानौ चरणौ कृत्वा ऊरुसंस्थौ प्रयत्नतः ऊरुमध्ये तथोत्ता
४५।२ नौ पाणी कृत्वा ततो दृशौ नासाग्रे विन्यसेद्राजदंतमूले तु जिह्वया
उत्तंभ्य चिबुकं वक्षस्युत्थाप्य पवनं शनैः ४६ इदं पद्मासनं प्रोक्तं सर्वव्या
धिविनाशनं दुर्लभं येन केनापि धीमता लभ्यते भुवि ४७ पद्मा ऽकं

कथेतरपरपेक्षत्वं तत्र यमिनां योगिनां व्याधेर्विनाशं करोतीति व्याधिविनाश
कारि पद्मासनं एतन्नामकं प्रोच्यते सिद्धैरिति शेषः ४८ मत्स्येंद्रनाथाभिमतं प
द्मासनमाह उत्तानाविति उत्तानौ ऊरुसंलग्नपृष्ठभागौ चरणौ पादौ प्र २१

यत्नतः प्रयत्नाद् ऊरुसंस्थौ ऊर्वोः सम्यक् तिष्ठत इति ऊरुसंस्थौ तादृशौ
कृत्वा ऊर्वोः मध्ये ऊरुमध्ये तथा चार्थे पाणी करौ उत्तानौ कृत्वा ऊरुसंस्थोत्ता
त्र नपादोभयपार्ष्णिसंलग्नवृषणसंपाती मुत्तानौ कृत्वा तदुपरि दक्षिणपाणिं चो
त्तानं कृत्वेत्यर्थः ततः तदनंतरं दृशौ दृष्टी नासाग्रे नासिकाग्रे विन्यसेत् विशे
षेण निश्चलतया न्यसेदित्यर्थः राजदंतानां दंष्ट्राणां सन्मुखदक्षिणभागे स्थि
तानां मूलेऽग्रे मूलस्थाने जिह्वया उत्तंभ्य ऊर्ध्वं स्तंभयित्वा गुरुमुखादवगंत
व्योयं जिह्वाबंधः चिबुकं वक्षसि निधायेति शेषः शनैः मंदं मंदं पवनं वायुमुत्थाप्य
अनेन मूलबंधः प्रोक्तः मूलबंधोपि गुरुमुखादेवावगंतव्यः वस्तुतस्तु जिह्वाबंधे
नैवायं चरितार्थ इति हठरहस्यविदः एवं यत्रास्यते तदिदं पद्मासनं पद्मासनाभि
धानं प्रोक्तं आसनज्ञैरिति शेषः कीदृशं सर्वेषां व्याधीनां विशेषेण नाशनं येन के
नापि भाग्यहीनेन दुर्लभं धीमता बुद्धिमता भुवि भूमौ लभ्यते प्राप्यते ४७ एतच्च महायोगिसं
मतमित्याह पद्मादिति॥

अन्यदपि पद्मासने कृत्यविशेषमाह कृत्वेति संपुटितौ संपुटीकृतौ करौ उत्सं
गस्थौ इति शेषः दृढतरं अतिशयेन दृढं सुस्थिरं पद्मासनं बद्धा कृत्वेत्यर्थः
चिबुकं हनुं गाढं दृढं यथा स्यात्तथा वक्षसि वक्षः संनिधाय सन्निहितं कृत्वा चेतो
तुरंगुलांतरे रोति योगिसंप्रदायाद्बुध्यं तत्तत्स्वस्वेष्टदेवतारूपं ब्रह्मवा ॐतत्सदितिज्ञ

कृत्वा संपुटितौ करौ दृढतरं बध्वा तु पद्मासनं गाढं वक्षसि सन्निधाय चि
बुकं ध्यायंश्च तच्चेतसि वारंवारमपानमूर्ध्वमनिलं प्रोत्सारयन् पूरितं मु
चन् प्राणमुपैति बोधमतुलं शक्तिप्रभावान्नरः ४८

निर्देशो ब्रह्मणस्त्रिविधः स्मृत इति भगवदुक्तेः चेतसि चित्ते ध्यायन् चिंतयन् अपानं
अनिलं अपानवायुं ऊर्ध्वं प्रोत्सारयन् मूलबंधं कृत्वा सुषुम्णामार्गेणोर्ध्वं नयन्
पूरितं पूरकेणांतर्धारितं प्राणं न्यंचन् नीचैर्धः अंचन् गमयन् अत भानलपर्षी
चति नरः पुमान् अतुलं बोधं निरुपमं ज्ञानं शक्तिप्रभावात् शक्तिराधारशक्तिः कुण्
डलिनी तस्याः प्रभावात्सामर्थ्यादुपैति प्राप्नोति प्राणापानयोरैक्ये कुंडलिनी बोधो भवति
तेन प्राणो ब्रह्मरंध्रं गच्छति तत्र गते

पद्मासनइति पद्मासने स्थितो योगी योगाभ्यासी पूरितं पूरकेणांतर्नीतं मारु
तं वायुं सुषुम्नामार्गेण मूर्द्धानं नीत्वेति शेषः यः धारयेत् स्थिरीकुर्यात्स मुक्तः
त्र इ अत्र संशयो नास्तीत्यन्वयः ४९ सिंहासनमाह गुल्फौ चेति वृषणस्याधः अधो
भागे सीवन्याः पार्श्वयोः सीवन्याः उभयभागयोः क्षिपेत्प्रेरयेत्स्थापयेदिति यावत्

पद्मासने स्थितो योगी नाडीद्वारेण पूरितं मारुतं धारयेद्यस्तु स मुक्तो ना
त्र संशयः ४९ अथ सिंहासनं गुल्फौ च वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्व
योः क्षिपेत् दक्षिणे सव्यगुल्फं तु दक्षगुल्फं तु सव्यके ५० हस्तौ तु जा
न्वोः संस्थाप्य स्वांगुलीः संप्रसार्य च व्यात्तवक्त्रो निरीक्षेत नासाग्रं सुसमाहितः ५१

गुल्फस्थापनप्रकारमेवाह दक्षिणे इति सीवन्याः दक्षिणे भागे सव्यगुल्फं स्थापयेत्
सव्यके सीवन्याः सव्यभागे दक्षगुल्फं स्थापयेत् ५० हस्ताविति जान्वोः उपरि हस्तौ
तु संस्थाप्य सम्यक् जानुसंलग्नतलौ यथा स्यातां तथा स्थापयित्वा स्वांगुलीः हस्तांगु
लीः संप्रसार्य सम्यक् प्रसारयित्वा व्यात्तवक्त्रः प्रसारितललज्जिह्वः सुसमाहितः

संधानं स

२३ एकाग्रचित्तः नासाग्रं नासिकाग्रं पश्यन्निरीक्षेत एतत्सिंहासनं भवेत् कीदृशं
योगिपुंगवैः योगिश्रेष्ठैः पूजितं प्रशस्तं आसनेषूत्तमं सिंहासनं बंधानां मूलबंधा
दीनां त्रितयस्य संनिधानं कुरुते ५२ भद्रासनमाह गुल्फाविति वृषणस्य
स्य अधः सीवन्याः पार्श्वयोः सीवन्याः उभयतो गुल्फौ पादग्रंथी क्षिपेत् क्षेपणाय
सिंहासनं भवेदेतत्पूजितं योगिपुंगवैः बंधत्रितयसंधानं कुरुते
चासनोत्तमं ५२ अथ भद्रासनं गुल्फौ च वृषणस्याधः सीवन्याः
पार्श्वयोः क्षिपेत् सव्यगुल्फं तथा सव्ये दक्षगुल्फं तु दक्षिणे ५३
पार्श्वपादौ च पाणिभ्यां दृढं बध्वा सुनिश्चलं भद्रासनं भवेदेतत्
कामेबाह सव्यगुल्फामिति सव्ये सीवन्याः पार्श्वे सव्यगुल्फं क्षिपेत् तथा पा
दक्षिणे दक्षगुल्फं तु दक्षिणे सीवन्याः पार्श्वे क्षिपेत् पार्श्वपादौ च पार्श्व
[illegible] समीपागतौ पादौ पाणिभ्यां भुजाभ्यां दृढं बध्वा परस्परसंलग्नांगुलि

पादौ १ २३

ं उदरसंलग्ननलीभ्यां पार्ष्णिभ्यां बध्नीयात् एतत् भद्रासनं भवेत् कीदृशं सर्वव्या
धिनाविशेषनाशनं सिद्धाश्च ते योगिनश्च सिद्धयोगिनः इदं भद्रासनं गोर
क्षासनमित्याहुः गोरक्षेणप्रायशोभ्यस्तत्वाद्गोरक्षासनमिति वदंति अ
सनानुक्त्वानेष्टुं यत्कर्तव्यं तदाह एवमिति एवमुक्तेष्वासनानां बंधेषु बंधन

॥५४॥

सर्वव्याधिविनाशनं गोरक्षासनमित्याहुरिदं वै सिद्धयोगिनः एव
मासनबंधेषु योगी दृढो विगतश्रमः अभ्यसेन्नाडिकाशुद्धिं मुद्रा
दिपवनक्रियां आसनं कुंभकं चित्रं मुद्राख्यं करणं तथा ५६ अ
थ नादानुसंधानमभ्यासानुक्रमो हठे

प्रकारेण विगतश्रमोपस्पत्त विगतश्रमः आसनानां बंधेषु श्रमरहितः योगि
नामिंद्रो योगींद्रः नाडिकानां नाडीनां शुद्धिं प्राणां चेदिदं यावि वेन्नियामितानि
तिवक्ष्यमाणा रहस्यो ऽभ्यसेत् अथ हठाभ्यासनक्रमं आह आसनमिति आसन
मुद्राख्याद्वितीयाः सूर्यभेदादेस्ता दशौ पवनस्य प्राणवायोः क्रियां प्राणायामरूपं उक्ते लक्षणं

पांच १

चित्रै नानाविधं कुंभकं सूर्यभेदनमुज्जायीत्यादिवक्ष्यमाणं मुद्रा इति आख्या
यस्य तत् मुद्राख्यं महामुद्रादिरूपं करणं हठसिद्धौ प्रकृष्टोपकारकं तथा चा
थ अथ एतत्त्रयानुष्ठानानंतरं नादस्य अनाहतध्वनेः अनुसंधानं अनुचिंतनं
हठे हठयोगे अभ्यासो ऽभ्यसनं तस्य अनुक्रमः पौर्वापर्यक्रमोयं हठसिद्धेरवधि

ब्रह्मचारी मिताहारी त्यागी योगपरायणः अब्दादूर्ध्वं भवेत्सिद्धो ना
त्र कार्या विचारणा ५८ सुस्निग्धमधुराहारश्चतुर्थांशविवर्जितः भु
ज्यते शिवसंप्रीत्यै मिताहारः स उच्यते ६०

ब्रह्मचारी१
माह ब्रह्मचारीति ब्रह्मचर्यवान् मिताहारो वक्ष्यमाणः सोऽस्यास्तीति मिता
हारी त्यागी दानशीलो विषयपरित्यागी वा योगपरायणः योगाभ्यसन
परः अब्दात् वर्षादूर्ध्वं सिद्धः सिद्धहठो भवेत् अत्र उक्तेऽर्थे विचारणा स्यान्नवेति
संशयप्रयुक्ता कार्या इत्यन्वितः नैवेत्यर्थः ५८ पूर्वश्लोके मिताहारीत्युक्तं तत्र
को १ यो [illegible] कीदृशो मिताहार इत्यपेक्षायामाह

सुस्निग्धेति सुस्निग्धोतिस्निग्धः स चासौ न दुःखेन नाहृतो आहारः चतुर्थांशवि
वर्जितः चतुर्थभागरहितः तदुक्तमभियुक्तैः द्वौ भागौ पूरयेदन्नैस्तोयेनैकं प्रपूरयेत
वायोः संचरणार्थाय चतुर्थमवशेषयेत् इति शिवो जीव ईश्वरो वा भोक्ता देवो
महेश्वर इति वचनात् तस्य संप्रीत्ये सम्यक्प्रीत्यर्थं यो भुज्यते स मिताहार इत्यु
कट्वम्लतीक्ष्णलवणोष्णहरीतशाकसौवीरतैलतिलसर्षपमद्यमत्स्यान्
आजादिमांसदधितक्रकुलित्थकोलपिण्याकहिंगुलशुनाद्यमपथ्यमाहुः ६१
च्यते ६० अथ योगिनामपथ्यमाह द्वाभ्यां कटु कारवेल्लादि अम्लं चिंचाफलादि ती
क्ष्णं मरिचादि लवणं प्रसिद्धं उष्णं गुडादि हरीतशाकं पत्रशाकं सौवीरं कांजिकं
तैलं तिलसर्षपादिस्नेहः तिलाः प्रसिद्धाः सर्षपाः सिद्धार्थाः मद्यं सुरा मत्स्यो जलचरः ए
षामितरेतरद्वंद्वः एतानपथ्यानाहुः अजस्येदं आजं आजं आदिर्यस्य सो कस्तादेः
कट्वम्लेति ४

तत्रआजादि तद्भूतन्मांसं च आजादिमांसं दधि दुग्धपरिणामविशेषः तक्रं गृही
तसारं दधि कुलित्थादि द्विदलविशेषाः कोलं कोल्याः फलं बदरं कर्कंधूर्वदरीको
लीत्यमरः पिन्याकं तिलपिंडं हिंगुरामठं लशुनं प्रसिद्धं तरकंदः एतानि
आद्यानि यस्य तत्तथा आद्यशब्देन पलांडुगृंजनमादकद्रव्यमाषान्नादिकं ग्राह्यं

भोजनमहितं विद्यात्पुनरप्युष्णीकृतं रूक्षं अतिलवणमम्लयुक्तं कद
वर्ज्यं शनशाकोत्कटं दुष्टं ६२

अपथ्यमहितं योगिनामिति शेषः आहार्यो योगिन इत्यध्याहारः ६१ भोजनमि
ति पूर्वं पाचितं पश्चादग्निसंयोगेनोष्णीकृतं पद्भोजनं रूपौद्भवरोटिकादि
रूक्षं घृतादिहीनं अतिशयितं लवणं यस्मिन्न तत् अतिलवणं लवणमतिक्रां
तं अतिलवणं वा कृत्वा इति लोके प्रसिद्धं शाके यवक्षारादिकं च लवणान्यसर्वं

व

या वर्जनीयत्वादुत्तरपक्षः साधुः तथा च दत्तात्रेयः अथवर्ज्यं प्रवक्ष्यामि योगविघ्न
कराणि च लवणं सर्षपं चाम्लमुष्णं तीक्ष्णं च रूक्षकं अतीव भोजनं त्याज्यमतिनि
द्रातिभाषणमिति स्कंदपुराणेपि त्यजेत्कट्वम्ललवणं क्षीरभोजी सदा भवेदिति
अम्लयुक्ते अम्लद्रव्ये वा युक्ते अम्लद्रव्येणायुक्तेमपि त्याज्यं किमुत साक्षादम्ले अत्रात

वह्निस्त्रीपथिसेवानामादौ वर्जनमाचरेत् तथा हि गोरक्षवचनं वर्जयेद्दुर्जन
प्रान्तं वह्निस्त्रीपथिसेवनं प्रातःस्नानोपवासादिकायक्लेशविधिं तथा ६२

तीयपादं पललं वा तिलपिंडमिति केचित्पठंति तस्यार्थः पललं मांसं तिलपिंडं
पिन्याकं कदशनं कदन्नं यावनालकोद्रवादि शाकं विहितेतरशाकमात्रं उ
कटं चिदाहि भिरचीड्डति लोके प्रसिद्धं मिरचा इति हिंदुस्थानभाषायां कदशना
दीनां समाहारद्वंद्वः अतिलवणादिके वर्ज्ये वर्जनार्हे दुष्टमिति पाठे दुष्टं पूतिपर्युषि
तादि स्याहितमिति योजनीयं ६२ एवं योगिनां सद्धो वर्ज्याणि उक्त्वा अभ्यासकाले वर्ज्यानाहि

२६ वह्नीति वह्निस्त्रीचपथांस्वतेषां सेवा वह्निस्त्रीकस्त्रीसंगतीर्थयात्रादौ पथिग
मनादिरूपास्तासां वर्जनं आदौ अभ्यासकाले आचरेत् सिद्धाभ्यासस्तु कदाचित्
हीनेवह्निसेवनं गृहस्थस्य ऋतौ स्वभार्यागमनं तीर्थयात्रादौ मार्गगमनं चन
निषिद्धमित्यादिवदेन सूच्यते तत्रप्रमाणं गोरक्षवचनमवतारयति तथाहि
ति तत्पठति वर्जयेदिति दुर्जनप्रांतं दुर्जनसमीपवासं दुर्जनप्रीतिमिति कश्चित्पा
ठः वह्निस्त्रीपथांसेवनं व्याख्यातं प्रातःस्नानं च उपासइत्यादिर्यस्य फलाहारादे
स्तत्र तयोः समाहारद्वंद्वः पृथक्प्राप्तिनः प्रातःस्नाने शीतविकारोत्पत्तेः उपवासाने
द्रिजापित्ताद्युत्पत्तेः कायक्लेशविधिं कायक्लेशकरं विधिं क्रियां बहुसूर्यनम
स्कारादिरूपां बहुभारोद्वहनादिरूपांच तथा समुच्चये अत्रप्रतिपदं वर्जये
दिति क्रियासंबंधः ६३ अथ योगिपथ्यमाह गोधूमेत्यादिना गोधूमाश्च
शालयश्च यवाश्च षष्टिकाः इत्यादिनैवेपच्यतेतंदुलविशेषाः शोभनम
न्नो शोभनान्नं पवित्रान्नं इषामाकनीवारादि तत्र एतेषां समाहारद्वंद्वः क्षीरं २६

दुग्धं आज्यं घृतं खंडः शर्करा नवनीतं मथितदधिसारः सिता तीव्रपद्री खु
डीशाकर इति लोके प्रसिद्धा मिसरी इति हिंदुस्थानभाषायां मधु क्षौद्रं
एषां द्वन्द्वः शुंठी प्रसिद्धा पटोलकफलं परवर इति भाषायां प्रसिद्धं शा
कं नद्यादिर्यस्य कोशातक्यादेस्तत्पटोलकफलादिकं शेषाद्विभाषा इति कप्रत्य

गोधूमशालियवषाष्टिकशोभनान्नं क्षीराज्यखंडनवनीतसितामधूनि
शुंठीपटोलकफलादिकपंचशाकं मुद्गादिदिव्यमुदकं च यमीन्द्रपथ्यं ६४

यः पंचानां शाकानां समाहारः पंचशाकं तदुक्तं वैद्यके सर्वशाकमचाक्षुष्यं चा
क्षुष्यं शाकपंचकं जीवंतीमूलमत्स्याक्षीमेघनादपुनर्नवा इति मुद्गादिद
लविशेषाः आदिर्यस्य तत्र मुद्गादि आदिपदेनाढकीमाषा दिव्यं निर्दो
षमुदकं जलं च यमी संयमनशीलस्तत्संयमिनः नैष्ठिकव्रतस्थो योगी तस्य
पथ्यं हितं इः १

अथयोगिनोभोजननियम[blot]माह

३१ पुष्टमिति पुष्टं देहपुष्टिकरं ओदनादि सुमधुरं शर्करादिसहितं स्निग्धं सघृतं
गव्यं गोदुग्धघृतादियुक्तं गव्यालाभे माहिषंदुग्धादि ग्राह्यं धातुप्रपोषणं लड्डु
कापूपादि मनोभिलषितं पुष्पादियुक्तं मनोरुचिकरं तदेव योगिना भोक्तव्यं
षित मनोभिलषितमपि किमविहितं भोक्तव्यमित्याह योग्यमिति विहितमेवेत्यर्थः योगी

पुष्टं सुमधुरं स्निग्धं गव्यं धातुप्रपोषणं मनोभिलषितं योग्यं योगी भोज
नमाचरेत् ६५ युवा वृद्धोतिवृद्धोवाव्याधितोदुर्बलोपिवा अभ्यासात्सिद्धिमा
प्नोतिसर्वयोगेष्वतंद्रितः ६६

भोजनंपूर्वोक्तविशेषणविशिष्टं आचरेत् कुर्यादित्यर्थः ननु सक्तुभर्जितान्नादि
नानिर्वाहं कुर्यादिति भावः ६५ योगाभ्यासिनो वयोविशेषो रोग्यपा[illegible]द्यपदाना
स्तीत्याह युवेति युवा तरुणः वृद्धो वृद्धावस्थां प्राप्तः अतिवृद्धोऽतिवार्द्धकं गतो वा अ
भ्यासात् आसनकुंभकादीनामभ्यसनात् सिद्धिं समाधिं तत्फलरूपां आप्नोति

 ३

अभ्यासप्रकारमेववदन् विशिनष्टि सर्वयोगेष्विति सर्वेषु योगेषु योगांगेषु अ
तंद्रितोऽनलसः योगांगाभ्यासात् सिद्धिमाप्नोतीत्यर्थः जीवनसाधनेकृषिवाणि
ज्यादौ जीवनशब्दप्रयोगवत्साक्षात्परंपरया वा योगसाधनेषु योगांगेषु योग
शब्दप्रयोगः ६६ अभ्यासादेव सिद्धिर्भवतीति द्रढयन्नाह द्वाभ्यां क्रियायुक्तस्ये

क्रियायुक्तस्य सिद्धिः स्यादक्रियस्य कथं भवेत् न शास्त्रपाठमात्रेण यो
गसिद्धिः प्रजायते ६७ न वेषधारणं सिद्धेः कारणं न च तत्कथा ॥ क्रियैव कारणं सिद्धेः सत्यमेतन्न संशयः ॥ ६८ ॥

ति क्रियायोगांगानुष्ठानरूपा तया युक्तस्य सिद्धिर्योगसिद्धिः स्यात् अक्रियस्य
योगांगानुष्ठानरहितस्य कथं भवेत् न कथमपीत्यर्थः ननु योगशास्त्राध्ययनेन यो
गसिद्धिः स्यादित्याह नेति शास्त्रं योगशास्त्रं पाठमात्रेण केवलेन पाठेन योगस्य
सिद्धिः न प्रजायते नैव जायत इत्यर्थः ६७ नेति वेषस्य काषायवस्त्रादेर्धारणं

५६

२८ सिद्धेर्योगसिद्धेः कारणं न तस्य योगस्य कथा वार्ता च न सिद्धेः कारणं - किं
तर्हि सिद्धेः कारणमित्यत आह क्रियैवेति योगांगानुष्ठानरूपा क्रियैव सिद्धेः
कारणं एतत्सत्यं संशयो नास्त्यत्रस्य धाऽऽहार: ६८ अथ योगांगानुष्ठानस्यावधि
माह पीठानीति पीठान्यासनानि चित्रा अनेकविधाः कुंभकाः सूर्यभेदादयः

पीठानि कुंभकाश्चित्रा दिव्यानि करणानि च सर्वाण्यपि हठाभ्या
से राजयोगफलावधि ६९ इति श्रीसहजानंदसंतानचिंतामणिस्वा
त्मारामयोगीन्द्रविरचितायां हठप्रदीपिकायां आसनविधिकथनं नाम प्र
थमोपदेश: ॥ ॥ १ ॥

दिव्यानि उत्कृष्टानि करणानि महामुद्रादीनि हठसिद्धौ प्रकृष्टोपकारकत्वा
त्करणत्वं हठस्याभ्यासे सर्वाणि पीठकुंभककरणानि राजयोगफलावधि
राजयोग एव फलं तदवधि तत्पर्यंतं कर्तव्यानीति शेषः ६९ इति श्रीहठप्रदी २८
पिकाव्याख्यायां ज्योत्स्नाभिधायां ब्रह्मानंदकृतायां प्रथमोपदेश: ॥ १ ॥ ॥

अथासनोपदेशानंतरं प्राणायामान्वक्तुमुपक्रमते अथेति अथेति मंगलार्थः
आसने दृढे सति वशी जितेन्द्रियः हितं पथ्यं च तत् मितं च पूर्वोपदेशोक्तलक्ष
णं तत् आहारः अशनं यस्य सहितमिताशनः गुरुणा उपदिष्टो यो मार्गः प्राणा
यामाभ्यासप्रकारः तेन प्राणायामान्वक्ष्यमाणान्सम्यक् उत्साहसाहसधैर्या

अथासने दृढे योगी वशी हितमिताशनः गुरूपदिष्टमार्गेण प्राणा
यामान्समभ्यसेत् १ चले वाते चलं चित्तं निश्चले निश्चलं भवेत् यो
गी स्थाणुत्वमाप्नोति ततो वायुं निरोधयेत् २

दिभिरभ्यसेत् दृढे स्थिरे कुक्कुटादिवर्जिते सिद्धासनादौ इति वा योजना १
प्रयोजनमनुद्दिश्य न मंदोपि प्रवर्तते इति महदुक्तेः प्रयोजनाभावे प्रवृत्त्य
भावात् प्राणायामप्रयोजनमाह चले वात इति वाते चलेसति चित्तं चलं
भवेत् निश्चले वाते निश्चलं भवेत् चित्तमित्यत्रापि संबध्यते वाते चित्ते च नि

२९ काले योगी स्थाणुत्वं स्थिरत्वं दीर्घजीवित्वमिति यावत् ईशत्वं वाप्नोति ततः
तस्माद्वायुं प्राणं निरोधयेत् कुंभयेत् २ यावदिति देहे शरीरे यावत्का
लं वायुः प्राणः स्थितः तावत्कालपर्यंतं जीवनमुच्यते लोकैः देहप्राणसंयोग
स्यैव जीवनपदार्थत्वात् तस्य प्राणस्य निष्क्रांतिः देहाद्वियोगः मरणमुच्यते

यावद्वायुः स्थितो देहे तावज्जीवनमुच्यते मरणं तस्य निष्क्रांतिस्त
तो वायुं निरोधयेत् ३ मलाकुलासु नाडीषु मारुतो नैव मध्यगः
कथं स्यादुन्मनीभावः कार्यसिद्धिः कथं भवेत् ४

ततस्तस्माद्वायुं निरोधयेत् ३ मलशुद्धेर्हठसिद्धिजनकत्वं व्यतिरेकेणाह म
लाकुलास्विति नाडीषु मलैः आकुलासु व्याप्तासु सतीषु मारुतः प्राणः मध्य
वा गः सुषुम्नामार्गवाही नैव स्यात् अपितु शुद्धासु नाडीष्वेव मध्यगो भवतीत्यर्थः उन्म
नीभावः उन्मन्याः भावो भवनं कथं स्यात् न कथमपीत्यर्थः कार्यस्य कैवल्यरू २९

सर्वसमस्तं २

यस्य सिद्धिर्निष्पत्तिः कथं भवेत् न कथंचिदपीत्यर्थः ४ अन्वयेनापि मलशुद्धे
हठसिद्धिहेतुत्वमाह शुद्धिमेतीति यदा यस्मिन्काले मलैः आकुलं व्याप्तं नाडी
नां चक्रं समूहः शुद्धं मलराहित्यं रेति प्राप्नोति तदैव तस्मिन्नेव काले योगी योगा
भ्यासी प्राणस्य संग्रहणे क्षमः समर्थो जायते ५ मलशुद्धिः कथं भवतीत्याकां

शुद्धिमेति यदा सर्वं नाडीचक्रं मलाकुलं तदैव जायते योगी प्राणसंग्र
या हणे क्षमः प्राणायामं ततः कुर्यान्नित्यं सात्त्विकया धिया यथा सुषु
म्णानाडीस्था मलाः शुद्धिं प्रयान्ति च ६

क्षायां तत्क्रोधकं प्राणायाममाह प्राणायाममिति मनोमलशुद्धिं विना प्राण
५२ संहतेः क्षमो न भवति ततस्तस्मात् ईश्वरप्रणिधानोत्साहसाहसा[illegible]दिप्रयत्नो
भिभूतविक्षेपालस्यादि राजसतामसधर्मया सात्त्विकया प्रकाशप्रसादशीलया
धिया बुद्ध्या नित्यं प्राणायामं कुर्यात् यथा येन प्रकारेण सुषुम्णानाड्यां स्थि

३०

ताः मलाः शुद्धिं अपगमं प्रयान्ति गच्छन्तीत्यर्थः ६ मलशोधकप्राणायामप्रकारमाह बद्धेत्यां
बद्धपद्मासन इति बद्धपद्मासनं येन तादृशो योगी प्राणं वायुं चंद्रेण चंद्रनाड्या
इडया पूरयेत् शक्तिमनतिक्रम्य यथाशक्ति धारयित्वा कुंभयित्वा भूयः पुनः
सूर्येण सूर्यनाड्या पिंगलया रेचयेत् बाह्यवायोः प्रयत्नविशेषादुपादानं पूरकः

बद्धपद्मासनो योगी प्राणं चंद्रेण पूरयेत् धारयित्वा यथाशक्ति भूयः सू
रेच २ र्येण रेचयेत् ७ प्राणं सूर्येण चाकृष्य पूरयेदुदरं शनैः विधिवत्कुंभकं कृ
त्वा पुनश्चंद्रेण रेचयेत् ८

जालंधरादिबंधपूर्वकं प्राणनिरोधः कुंभकः कुंभितस्य वायोः प्रयत्नविशेषाद्ब
हिर्गमनं रेचकः प्राणायामांगपूरकरेचकयोरेवमेव लक्षणं इति भस्त्रावल्लोहकारस्य
सि रेचपूरौ ससंभ्रमाविति ओणा रेचकपूरकयोर्नातिव्याप्तिः ७ प्राणमिति सूर्येण
सूर्यनाड्या पिंगलया प्राणं आकृष्य गृहीत्वा शनैर्मंदं मंदं उदरं पूरयेत् विधिवत्बं ६
धपूर्वकं कुंभकं कृत्वा पुनः भूयः चंद्रेण इडया रेचयेत् ८ ऽ नेप्राणायामे विशेषमा ३०

— ६० — तयोर्लक्ष्यत्वाभावात् ३ जठरे २

येनेति येन चंद्रेण सूर्येण वा त्यजेत् रेचयेत् तेन पीत्वा तेनैव पूरयित्वा अतिरोधतः
अतिशयितेन रोधेन स्वेदकंपादिजननपर्यंतेन सावधिभक्तिकस्त्विति येन पूरकः
ततोन्येन शनैरेव रेचयेत् न तु वेगतः वेगाद्रेचने बलहानिः स्यात् येन पूरकः कृतः ते
च ४ न रेचको न कर्तव्यः येन रेचकः कृतः तेनैव पूरकः कर्तव्य इति भावः ९ बद्धपद्मासन

येन त्यजेत्तेन पीत्वा धारयेदतिरोधतः रेचयेच्च ततोन्येन शनैरेव न वेगतः ९
प्राणं चेदिडया पिबेन्नियमितं भूयोन्यया रेचयेत् पीत्वा पिंगलया समीरणमथ
बद्ध्वा त्यजेद्वामया सूर्याचंद्रमसोरनेन विधिनाभ्यासं सदा तन्वतां शुद्धा
नाडिगणा भवंति यमिनां मासत्रयादूर्ध्वतः १०

इत्याद्युक्तमर्थं पिंडीकृत्यानुवदन् प्राणायामस्यावांतरफलमाह प्राणमिति चेत् यदि
इडया वामनाड्या प्राणं पिबेत् पूरयेत् तर्हि नियमितं कुंभितं प्राणं भूयः पुनः अन्य
या पिंगलया रेचयेत् पिंगलया दक्षनाड्या समीरणं वायुं पीत्वा पूरयित्वा अथो पूर

३१ णांतरं बध्वा कुंभयित्वा वामया इडया त्यजेत् रेचयेत् सूर्यश्च चंद्रमाश्च सूर्याचं
द्रमसोर्नयोः द्वनाद्वंद्वेत्यानङ् अनेनउक्तेनविधिना प्रकारेण सदा नित्यं अ
भ्यासं चंद्रेण पूर्यं कुंभयित्वा सूर्येण रेचयेत् सूर्येण पूर्यं कुंभयित्वा चंद्रेण रेच
येदित्याकारकं तन्वतां विस्तारयतां यमिनां यमवतां नाडिगणा नाडिसमूहाः

प्रातर्मध्यंदिने सायमर्द्धरात्रे च कुंभकान् शनैरशीतिपर्यंतं चतुर्वारं समभ्यसेत् ॥ ११ ॥

मासत्रयादूर्ध्वं तं न्नासां त्रयं मासत्रयं तस्मात् परिशुद्धाः मलरहिताः भवंति १०
त्रयपरिमाणाभ्यासकालं तदवधिं चाह प्रातरिति प्रातः अहस्तोदयमारभ्य मुहूर्तैक
कात्रयपर्यंतं प्रातःकाले मध्यंदिने मध्याह्ने सायं संध्या त्रिनाडी प्रविनार्कमस्ताद घर्त
ऊर्ध्वं इत्युक्तलक्षणो संध्याकाले रात्रेरर्द्धं अर्द्धरात्रं तस्मिन् अर्द्धरात्रे मध्य रात्रे
मुहूर्तद्वयं च शनैः आशीतिपर्यंतं आशीतिसंख्यावधि चतुर्वारं वारचतुष्टयं कालाध्वनोर
… पंचधाविभक्तस्य दिनस्य मध्यभागे पं१ ३१

स्तत्संयोगे इति द्वितीया चतुर्षु कालेषु एकैकस्मिन्काले अशीति प्राणायामाः का
र्याः अहोरात्रे कर्तुमशक्तश्चेत्त्रिसंध्यं कर्तव्या इति संप्रदायः चतुर्वारं कृताभ्यासे दिने
दिने ३२० विंशत्यधिकशतत्रयपरिमिताः प्राणायामा भवंति वारत्रयं कृताभ्यासे तु चत्वा नि
रिंशदधिकशतद्वय २४० परिमिता भवंति ११ कनिष्ठमध्यमोत्तमानां प्राणा

कनीयसि भवेत्स्वेदः कंपो भवति मध्यमे उत्तमे स्थानमाप्नोति ततो वायुं
निबंधयेत् १२

यामानां क्रमेण ज्ञापकचिह्नान्याह कनीयसीति कनीयसि कनिष्ठे प्राणायामे
स्वेदः प्रस्वेदो भवेत् भवति स्वेदानुमेयः कनिष्ठः मध्यमे प्राणायामे कंपोंगमे
जेयो भवति कंपानुमेयो मध्यमः उत्तमे प्राणायामे स्थानं ब्रह्मरंध्रमाप्नोति स्थान
प्राप्त्यनुमेय उत्तमः ततस्तस्मात् वायुं प्राणं निबंधयेत् नितरां बंधयेत् कनिष्ठा

प्रा२

२२ दीनो लक्षणमुक्तं लिंगपुराणे प्राणायामस्य मानं तु मात्रा द्वादशकं स्मृतं नीचो
द्वादशमात्रस्तु सकृदुद्घात ईरितः मध्यमस्तु द्विरुद्घातश्चतुर्विंशतिमात्रकः मुख्य
स्तु यस्त्रिरुद्घातः षट्त्रिंशन्मात्र उच्यते प्रस्वेदकंपनोत्थानजनकश्च यथाक्र
मं आनंदो जायते चात्र निद्राघूर्णिस्तथैव च रोमांचध्वनिसंविद्धे स्वांगमोटनकंपने
भ्रमणं स्वेदजल्पाख्यं संविन्मूर्छा जये यदा तदोत्तम इति प्रोक्तः प्राणायामः सुरेश
मनः इति कूर्मपुराणेपि अधमे द्वादश प्रोक्तो मध्यमे द्विगुणा
स्मृता उत्तमे त्रिगुणा मात्राः प्राणायामे द्विजोत्तमे इति उद्घातलक्षणं तु प्राणे
नोत्सार्यमाणेन अपानः पीड्यते यदा गत्वा चोर्ध्वं निवर्तेत एतदुद्घातलक्षणं
मात्रामानमाह याज्ञवल्क्यः अंगुष्ठांगुलिमोक्षं त्रिस्त्रिर्जानुपरिमार्जनं तालत्रयमपि
प्राज्ञा मात्रासंज्ञां प्रचक्षते स्कंदपुराणे एकश्वासमयी मात्रा प्राणायामे निगद्यते
एतद्ध्यातं योगचिंतामणौ निद्रावशंगतस्य पुंसो यावता कालेनैकः श्वासो ग
च्छति २२

— ६५ —

छ्वासं गच्छति यावता वा कालः प्राणायामस्य मात्रेत्युच्यते इति अर्द्धश्वासाधिक द्वाद
श श्वासावच्छिन्नः कालः प्राणायाम कालः षड्भिः श्वासैरेकं पलं भवति एवं च सा
र्द्धश्वास पल द्वयात्मकः कालः प्राणायाम कालः सिद्धः सार्द्ध द्वादश मात्रा मितेऽ प्राणा
यामो यः स एवोत्तमः प्राणायाम इत्युच्यते न च पूर्वोदाहृत लिंगपुराण गोरक्ष
वाक्य विरोधस्तत्र द्वादश मात्रकस्य प्राणायामस्याधमत्वोक्तेरिति वाच्यं जानुप्रद
क्षिणी कृत्वा न द्रुतं न विलंबितं प्रदद्याच्छोटिकां सा वतावन्मात्रेति गीयते इत्येक ति
देशाभ्यां ऽगुष्ठांगुलिमोक्षं च जानोः परिमार्जने प्रदद्याच्छोटिकामेकां
दे मात्रा संख्या प्रनेतृतिदत्तात्रेय वचनाच्च लिंगपुराण गोरक्षादि वाक्येषु एक छो
टिकावच्छिन्नस्य कालस्य मात्रात्वेन विवक्षितत्वात् याज्ञवल्क्यादि वाक्येषु छो
टिकात्रयावच्छिन्नस्य कालस्य मात्रात्वेन विवक्षणात् त्रिगुणस्याधमस्योत्तमत्वं त
त्राप्युक्तमिति न विरोधः ॥ स्प

या १

३३ त्वेर्विभुयोगस्साधनेषु प्राणायामो मुख्यः तत्सिद्धौ प्रत्याहारादीनां सिद्धेः तदसि-
द्धौ प्रत्याहाराद्यसिद्धेश्च बहुतरस्तु प्राणायाम एव प्रत्याहारादिशब्दैर्निगद्यते
तथा चोक्तं योगचिंतामणौ प्राणायाम एवाभ्यासक्रमेण वर्धमानः प्रत्या-
हारधारणाध्यानसमाधिशब्दैरुच्यत इति तदुक्तं स्कंदपुराणे प्राणायाम-
द्विषट्केन प्रत्याहार उदाहृतः प्रत्याहारद्विषट्केन धारणा परिकीर्तिता भवेदीश्व-
२१ रसंगत्यै ध्यानं द्वादशधारणं ध्यानद्वादशकेनैव समाधिरभिधीयते यत्समा-
धौ परं ज्योतिरनंतं स्वप्रकाशकं तस्मिन्दृष्टे क्रियाकांडं यातायातं निवर्तते
इति तथा धारणा पंचनाडीभिर्ध्यानं स्यात्षष्टिनाडिकं दिनद्वादशकेन स्या-
त्समाधिः प्राणसंयमादिति च गोरक्षादिभिरप्येवमेवोक्तं अत्रेदं बोध्यं किंचि-
द्वि द्दूनद्विचत्वारिंशत्पलात्मकः कनिष्ठप्राणायामकालः अयमेवैकद्वौटिकाव-
छिन्नस्य कालस्य मात्राविवक्षया द्वादशमात्रकः कालः किंचिदूनचतुरशीतिवि

पलात्मको मध्यमप्राणायामकालः अयमेकछोटिकावछिन्नस्य कालस्य मात्रा
त्वविवक्षया चतुर्विंशतिमात्रकः पंचविंशत्युत्तरशतपलात्मक उत्तमप्राणायाम वि॰
कालः अयमेकछोटिकावछिन्नस्य कालस्य मात्रात्वविवक्षया षट्त्रिंशन्मा
त्रकः कालः छोटिकात्रयावछिन्नस्य कालस्य मात्रात्वविवक्षया तु द्वादशमात्र
वि॰ कः एवं क्रमपूर्वकं पंचविंशत्युत्तरशतपलपर्यंतं यदा प्राणायामस्थैर्यं भवति तदा प्रा णे
णो ब्रह्मरंध्रं गच्छति ब्रह्मरंध्रं गतः प्राणो यदा पंचविंशतिपलपर्यंतं तिष्ठति तदा प्र
त्याहारः यदा पंचघटिकापर्यंतं तिष्ठति तदा धारणा यदा षष्टिघटिकापर्यंतं ति
ष्ठति तदा ध्यानं यदा द्वादशदिनपर्यंतं तिष्ठति तदा समाधिर्भवतीति सर्वं रम धि
स णीयं १२ प्राणायामाभ्यासतः स्वेदे जाते विशेषमाह जलेनेति श्रमात्प्राणायामाभ्या
सप्रयासाज्जातं श्रमजातं तेन जलेन प्रस्वेदेन गात्रस्य शरीरस्य मर्दनं तैला
भ्यंगवत् आचरेत् कुर्यात् तेन मर्दनेन गात्रस्य दृढता लघुता जा

ने१ स्वे१

ध

१४ श्वासभाव: जायते प्रादुर्भवति १२ प्रथमोत्तराभ्यासयो: क्षीरादि नियमानियमावाह
अभ्यासकाल इति क्षीरं दुग्धं आज्यं घृतं तद्युक्तं भोजनं क्षीराज्यभोजनं शाकपार्थि
वादि वर्ज्यमात्र: केवलकुंभके सिद्धेभ्यासो भवति स्य ग्रहमन्यत् १४ सिंहादिवच्छ

जलेन श्रमजातेन गात्रमर्दनमाचरेत् दृढता लघुता चैव तेन गात्रस्य जा
यते १३ अभ्यासकाले प्रथमे शस्तं क्षीराज्यभोजनं ततोभ्यासे दृढीभूते
न तादृङ्नियमग्रह: १४ यथा सिंहो गजो व्याघ्रो भवेद्वश्य: शनै: शनै:
तथैव सेवितो वायुरन्यथा हंति साधकं १५

नैरेव प्राणं वशयेन्न सहसेत्याह यथेति यथा येन प्रकारेण सिंहो मृगेंद्र: गजो
हस्ती व्याघ्र: शार्दूल: शनै: शनैर्वश्य: स्वाधीनो भवेन्न सहसा तथैव तेनैव प्र
कारेण सेवितो भ्यस्तो वायु: प्राणो वश्यो भवेत् अन्यथा सहसा गृह्यमाण: साधकं
अभ्यासिनं हंति सिंहादिवत्

 ३४

युक्तायुक्तयोः प्राणायामयोः फलमाह प्राणायामेनेति आहारादियुक्तिपूर्वको जा
लंधरादिबंधयुक्तिविशिष्टः प्राणायामो युक्त इत्युच्यते तेन सर्वरोगक्षयः सर्वेषां रो
गाणां क्षयो नाशो भवेत् अयुक्तः उक्तयुक्तिरहितो योऽभ्यासः नयुक्तेन प्राणायामेन स
इ र्वरोगसमुद्भवः सर्वेषां रोगाणां सम्यगुद्भवः उत्पत्तिर्भवेत् १५ अयुक्तेन प्राणायामेन

प्राणायामेन युक्तेन सर्वरोगक्षयो भवेत् अयुक्ताभ्यासयोगेन सर्वरोगसमुद्भवः १६
अ२ हिक्का श्वासश्च कासश्च शिरःकर्णाक्षिवेदनाः भवंति विविधा रोगाः पवनस्य प्रकोपतः १७

के रोगा भवंतीत्यपेक्षायामाह हिक्केति हिक्काश्वासकासाः रोगविशेषाः शिरश्च
कर्णौ च अक्षिणी च शिरःकर्णाक्षि शिरःकर्णाक्षिषु वेदनाः शिरःकर्णाक्षिवेदनाः वि
विधाः नानाविधाः रोगाः ज्वरादयः पवनस्य वायोः प्रकोपतो भवंति १७ यतः पवने
स्य प्रकोपतो विविधा रोगा भवंति अतः युक्तं युक्तमिति वायुः प्राणो युक्तो त्यजेत् रे
युक्तं १

चककाले शनैः शनैरेव रेचयेन्न वेगत इत्यर्थः पुनःपुनः च नाल्पेनाधिकं च पूरये
त् पुनःपुनः च जालंधरादिबंधपुनःबध्नीयात् कुंभयेत् एवं अभ्यसन्ने सिद्धिरू
ठसिद्धिमवाप्नुयात् नाप्नुयात् १८ पुनः प्राणायाममभ्यसतो जायमानकायानाडी
शुद्धेर्लक्षणमाह द्वाभ्यां यदा त्विति यदा तु यस्मिन्काले तु नाडीनां शुद्धिः म

पुनःपुनः स्तमनेद्वाप्ये पुनःपुनः च पूरयेत् पुनःपुनः च बध्नीयादेवं सिद्धि
मवाप्नुयात् १८ यदा तु नाडी(श)शुद्धिः स्यात्तथा चिह्नानि बाह्यतः कायस्य
कृशता कांतिस्तदा जायेत निश्चितं १९

तदा हि त्वं स्यात् तदा बाह्यतः बाह्यानि सार्वविभक्तिकस्तसिः चिह्नानि लक्षणा
नि तथा त्राद्धे नांतराण्यपि चिह्नानि भवंतीत्यर्थः तान्येवाह कायस्येति कायस्य
शा दहस्य कृशता कार्श्यं कांतिः शुद्धिः निश्चितं जायेत १९ वायोः प्राणस्य यथेष्टं ३५

आरोग्यं आरोगता २   शोधनात् २

बहुवारं धारणां कुंभकेषु अनलस्य जठराग्नेः प्रदीपनं प्रकृष्टा दीप्तिः नादस्य
ध्वनेः अभिव्यक्तिः प्राकट्यं नाडिशोधनात् नाडीनां मलराहित्यात् जायते २०
मेदश्लेष्माधिक्यउपायांतरमाह मेदश्लेष्माधिक इति मेदश्च श्लेष्मा च मेदश्लेष्मा
णौ तौ अधिकौ यस्य सः तादृशः पुरुषः पूर्वं प्राणायामाभ्यासात् प्राक् न तु प्राणाया

यथेष्टधारणाद्वायोरनलस्य प्रदीपनं नादाभिव्यक्तिरारोग्यं जायते ना
डिशोधनात् २० मेदश्लेष्माधिकः पूर्वं षट्कर्माणि समाचरेत् अ
न्यस्तु नाचरेत्तानि दोषाणां समभावतः २१ धौतिर्बस्तिस्तथा नेति
भा स्त्राटकं नौलिकं तथा कपालंतिश्चैतानि षट्कर्माणि प्रवक्षते २२

माभ्यासकाले षट्कर्माणि वक्ष्यमाणानि समाचरेत् सम्यगाचरेत् अन्यस्तु मेदश्ले
ष्माधिक्यरहितस्तु तानि षट्कर्माणि नाचरेत् तत्र हेतुमाह दोषाणां वातपित्तकफा
नां समस्य भावः समभावः साम्यं तस्मात् दोषाणां समत्वादित्यर्थः २१ षट्कर्माण्युद्दि
शति धौतिरिति स्पष्टं २२

३६ इदं रहस्यमित्याह कर्मषट्कमिति षट्स्य शरीरस्य शोधनं मलापनयनं करोती
ति षट्शोधनकारकं इदं उद्दिष्टं कर्मणां षट्कं धौत्यादिकं गोप्यं गोपनीयं यतः
विचित्रगुणसंधायि विचित्रं विलक्षणं गुणं षट्कर्मरूपं संधातुं कर्तुं शीलम
स्येति विचित्रगुणसंधायि योगिपुंगवैः योगिश्रेष्ठैः पूज्यते सत्क्रियते गोपनाभा

कर्मषट्कमिदं गोप्यं घटशोधनकारकं विचित्रगुणसंधायी पूज्यते
योगिपुंगवैः २२ तत्र धौतिः चतुरंगुलविस्तारं हस्तपंचदशायतं गुरू
पदिष्टमार्गेण सिक्तं वस्त्रं शनैर्ग्रसेत् पुनः प्रत्याहरेच्चैतदुदितं धौति
कर्म तत् २३

वेत्कर्मषट्कमन्येरप्यविदितं स्यादिति योगिनः पूज्यत्वाभावः प्रसज्येतेति भावः एतेने
दमेव कर्मषट्कस्य मुख्यफलमिति सूचितं मेदश्लेष्मादिनाशस्य प्राणायामेनैव
सिद्धत्वात् तदुक्तं षट्कर्मयोगमाप्नोति पवनाभ्यासतत्परः इति पूर्वोक्तग्रंथस्या
प्यवमेव स्वारस्याच्च २२ धौतिकर्माह चतुरंगुलमिति चतुर्णामंगुलानां स
उद्धरेच्च पुनश्चैत ५

ण हारः चतुरंगुलं चतुरंगुलं विस्तारो यस्य तत्तादृशं हस्तानां पंचदशैरायतं दीर्घं सि

नच्च ^ क्तं जलार्द्रं वस्त्रपटं सूक्ष्मनूतनकोष्णांबुक्लिन्नादेः खंडं ग्रासेत् गुरूणा उपदिष्टो यो मार्गः

वस्त्रग्रसनप्रकारः तेन शनैर्मंदं मंदं किंचित्किंचित् क्रमेण प्रथमदिने हस्तमात्रं ग्र

सेत् द्वितीयदिने हस्तद्वयं तृतीयदिने हस्तत्रयं एवं दिनवृद्ध्या हस्तपंचदशमात्रं

कासश्वासप्लीहकुष्ठं कफरोगाश्च विंशतिः धौतिकर्मप्रभावेन प्रया

न्त्येव न संशयः

ग्रसेत् तस्य प्रांतं तत् जठरं तन्मध्ये दृढं संलग्नं कृत्वा नौलीकर्मणा उदरस्थं वस्त्रं सम्य

क् चालयित्वा पुनः शनैः प्रत्याहरेच्च एतद्धौतिकर्म उदितं कथितं सिद्धैः धौतिक

र्मणः फलमाह कासश्वासेति कासश्च श्वासश्च प्लीहा च कुष्ठं च समाहारद्वंद्वः

कासादयो रोगविशेषाः विंशतिः विंशतिसंख्याकाः कफरोगाश्च धौतिकर्मणः

प्रभावेन गच्छंत्येव न संशयः निश्चितमेतदित्यर्थः ॥ ॥

एतद्वस्त्रं चतुरेतनिष्काशमेवं ४

अथ वस्तिकर्माह नाभिदघ्नेति नाभिप्रमाणो नाभिदघ्नं प्रमाणे दघ्नच्प्रत्ययः तस्मि
न् नाभिदघ्ने नाभिप्रमाणे जले नद्यादितोये पायुगुदं तस्मिन् न्यस्तो नालो वंशना
लो येन कनिष्ठिकाप्रवेशयोग्यरंध्रयुक्तं षडंगुलदीर्घं वंशनालं गृहीत्वा चतुरंगु
लं पायौ प्रवेशयेत् अंगुलिद्वयमितं बहिः स्थापयेत् उत्कटासनं यस्य स उत्कटा

नाभिदघ्नजले पायौ न्यस्तनालोत्कटासनः आधाराकुंचनं कुर्यात्
क्षालनं वस्तिकर्म तत्

स्फिं सनः पार्ष्णिद्वये स्फिचौ विन्यस्य पादांगुलीभिः स्थितिरुत्कटासनं आधारस्य
मूलाधारस्य आकुंचनं यथा जलमंतः प्रविशे तथा संकोचनं कुर्यात् अंतःप्रविष्टं वि
जलं नौलिकर्मणा चालयित्वा त्यजेत् तत् क्षालनं वस्तिकर्म उच्यते धौतिवस्ति
कर्मद्वयं भोजनात् प्रागेव कर्तव्यं तदनंतरं भोजने विलंबोपि न कार्यः केचित्तु पूर्वं मूला
धारस्थवायोराकर्षणं मध्यस्यजले स्थित्वा पायौ नालप्रवेशमंतरेणैव वस्तिकर्माभ्य

अतः

संति तथा करणे सर्वं जलं बहिर्निर्यातिं नानारोगाधा गुल्मरवादि संभवात्तया वस्ति
कर्मणैव विधेयं किमन्यथा स्वोत्पादनः पायो न्यस्तनाल इति ब्रूयात् २६ वस्तिक
र्मगुणानाह द्वाभ्यां गुल्मप्लीहोदरमिति गुल्मश्च प्लीहश्च रोगविशेषो उदरं ज
लोदरं च तेषां समाहारद्वंद्वः वातश्च पित्तं च कफश्च तेभ्यः उद्भवाः एकैकस्माद्वाभ्यां स

गुल्मप्लीहोदरं चापि वातपित्तकफोद्भवाः वस्तिकर्मप्रभावेन क्षीयंते
सकलामयाः २७

र्वेभ्यो वा जाताः सकलाः सर्वे आमयाः रोगाः वस्तिकर्मणः प्रभावः सामर्थ्यं तस्मात् तैः
तेन क्षीयंते तेन स्यंपति २७ धात्विति धातवो रसासृङ्मांसमेदोस्थिमज्जाशुक्राणि
धानवस्तुत्काः इंद्रियाणि वाक्पाणिपादपायूपस्थानि पंच कर्मेंद्रियाणि श्रोत्रत्व
क्चक्षुर्जिह्वाघ्राणानि अंतःकरणानि मनोबुद्धिचित्ताहंकाररूपाणि तेषां
पंचज्ञानेंद्रियाणि च १

२८

पदितापविक्षेपशोकादिमोहशोकवावरणादेत्यादि रजस्तामसधर्मनिवर्त्तनेन
हि२ सुखप्रकाशलाघवोत्सात्विकधर्माविर्भावः प्रसादः तं कांतिं द्युतिं दहनं जठराग्नेः स्य
प्रदीप्तिं प्ररूढां दीप्तिं च अभ्यस्यमाने अनुष्ठीयमाने जलेवस्तिकर्मजलवस्ति
कर्मकर्तृ दद्यात् अनुष्ठातुरिति शेषः तथा अशेषाः समस्ता ये दोषाः वातपित्तक

धान्त्विंद्रियांतःकरणप्रसादं दद्याच्च कांतिं दहनप्रदीप्तिं अशेषदोषो
द२ पचयं निहन्यात् अभ्यस्यमाने जलवस्तिकर्मणि २८ अथ नेतिः सूत्रं वितस्ति
सुस्निग्धं नासानाले प्रवेशयेत् मुखान्निर्गमयेदेषा नेतिः सिद्धैर्निगद्यते २९
प काः तेषां उपचयोऽपचयस्यायुपलक्षणं उपचयापचयौ निहन्यात् नितरां हन्यात्
दोषसाम्यरूपमारोग्यं कुर्यादित्यर्थः २८ अथ नेतिकर्माह सूत्रमिति वितस्ति
वितस्तिमितं वितस्तिरित्युपलक्षणमधिकस्यापि यावता नेत्रेण सम्यङ् नेति

२८

तन्नासापुटमंगुल्या निरुध्य ४

कर्णं भवेत्तावद्ग्राह्यं सुस्निग्धं सुदृढं स्निग्धं ग्रंथ्यादिरहितं सूत्रं तच्च नवधा द्वादश्वा
धा पंचदशधा वा गुणितं ष्टंगुलं नासानासिका सैव नालः सच्छिद्रत्वात्
प तस्मिन्प्रवेशयेत् मुखान्निर्गमयेत् मुखान्निष्कासयेत् तत्प्रकारस्त्वेवं सूत्रप्रांतं नासा
नाले प्रवेश्य पूरकं कुर्यात् पूरकं कुर्वन् रेचयेत् पुनः पुनरेवं कुर्वतो मुखे सूत्रप्रांत
सा ५ मायाति तन्मुखसूत्रप्रांतेनांगुष्ठाभ्यां बहिःस्थं सूत्रप्रांतं च गृहीत्वा शनैश्चालयेदिति चकारा
देकस्मिन्नासानाले प्रवेश्य इतरस्मान्निर्गमयेदित्युक्तं तत्प्रकारस्तु एकस्मि
न्नासानाले सूत्रप्रांतं प्रवेश्येतरन्नासापुटमंगुल्या निरुध्य पूरकं कुर्यात् पश्चा
न४ दितरन्नासानालेन रेचयेत् पुनः पुनरेवं कुर्वत इतरन्नासानाले सूत्रप्रांतमाया
ति तस्य पूर्ववच्चालनं कुर्यादिति अथैवं प्रकारस्तु बहुवारं कुर्वतः कदाचिद्भवति
एषा उक्ता सिद्धैर्गोरक्षादिभिः संपन्नैः तदुक्तं अन्यत्रापि वृत्तौ योग्याः सिद्धाः स
द्भिर्निरूपिता इति नेति निगद्यते नेतिरिति कथ्यते २९

रा
२९ नेतिगुणानाह कपालशोधनीति कपालं शोधयति शुद्धं मलरहितं करोती
तिकपालशोधनी चकारो ज्ञानाजानालादीनामपि एवं शब्दोवधारणे दिव्यांसूक्ष्म
पदार्थग्राहिणीं दृष्टिं प्रकर्षेण ददातीति दिव्यदृष्टिप्रदायिनी . नेतिर्नेतिक्रि
या जत्रुणोः स्कंधसंध्योः ऊर्ध्वं उपरिभागे जातः जत्रूर्ध्वजातः सचासौ रोगजालं

कपालशोधनी चैव दिव्यदृष्टिप्रदायिनी जत्रूर्ध्वजातरोगौघं नेति
राशु निहंति च ३० अथ त्राटकं निरीक्षेन्निश्चलदृशा सूक्ष्मलक्ष्यं
समाहितः अश्रुसंपातपर्यंतमाचार्यैस्त्राटकं स्मृतं ३१

मोघश्च तं आशु झटिति निहंति चकारः पादपूरणे ~~स्कं~~ घो भुजशिरोंसो स्त्री संधी
तस्यैव जत्रुणी त्वमरः ३० त्राटकमाह निरीक्षेदिति निश्चला चलनरहिता चासौ दृक् च
दृष्टिस्तया सूक्ष्मं च तत् लक्ष्यं च सूक्ष्मलक्ष्यं अश्रूणां सम्यक्पातः पतनं तत्पर्यंतं
समाहित एकाग्रचित्तो भ्यासी

चि

२९

तंद्रा नाम मलक्लिन्नदृष्टिविरोधः ४

मि

अनेन निरीक्षणस्यावधिरुक्तः । निरीक्षेदित्यन्वयेन आचार्यैर्मत्स्येंद्रादिभिरिदं त्राटकं त्रा
टककर्म स्मृतं कथितं ३१ त्राटकगुणमाह मोचनमिति नेत्रस्य रोगाः नेत्ररोगाः
तेषां मोचनं नाशकं तंद्रा आदिर्येषां आलस्यादीनां तेषां कपाटकं कपाटवद्ब
न्धकं अभिभावकमित्यर्थः त्राटकं त्राटकाख्यं कर्म यत्नतः प्रयत्नात् गोप्यं गो

मोचनं नेत्ररोगाणां तंद्रादीनां कपाटकं यत्नतस्त्राटकं गोप्यं यथा
हाटकपेटकं ३२ अथ नौलिः अमंदावर्तवेगेन तुंदं सव्यापसव्यतः
नतांसो भ्रामयेदेषा नौलिः सिद्धैः प्रचक्ष्यते ३३

पनीयं गोपने दृष्टांतमाह यथेति हाटकस्य सुवर्णस्य पेटकं पेटी इति लो
कप्रसिद्धं यथा येन प्रकारेण गोप्यं तेन तद्वत् ३२ नौलिकर्माह अमंदेति
नतौ नम्रीभूतौ अंसौ स्कंधौ यस्य सः नतांसः पुमान् अमंदोऽतित्वरायितो यो

आवर्तस्येव जलभ्रमस्येव वेगो जवः तेन तुंदं उदरं पिचंडं कुक्षी जठरोदरं तुंदं स्त
नौ कुचावित्यमरः सव्यं च अपसव्यं च [illegible] स आवस्तव्ये दक्षिणवामभागौ तयोः स्थि
त्वा पतस्यतः सपुंस्यर्थेन तैः आमयेन जनितं प्रेरयेत [illegible] इति तुः उष्मा नौलिः प्रवक्ष्य
ते कथ्यते २२ नौलिगुणानाह मंदाग्नीति मंदश्चासौ अग्निश्च जठराग्निः तस्य

मंदाग्निसंदीपनपाचनादिसंधायिकानंदकरी सदैव अरोचको
बामयशोषहर्त्री वह हठक्रियामौलिरियं च नौलिः २४

स्य संदीपनं सम्यग्दीपनं पाचनं च भुक्तान्नपरिपाकश्च मंदाग्निसंदीपन
पाचने आदिनी यस्य तत् मंदाग्निसंदीनपाचनादि तस्य संधायिका विधात्री आ
नंदैव सर्वदैव आनंदकरी सुखकरी अरोचः समस्तोऽन्ने तदोवाश्च वातोदयः आ
मयाश्च रोगाः तेषां शोषकरी शोषणकर्त्री हठस्य क्रियाणां धौत्यादीनां मौलिः

नौलिरिति तत्तमा धौतिवस्त्योर्नौलिसापेक्षत्वात् इयमुक्ता नौलिः ३४
कपालभातिं तद्गुणं चाह भस्त्रावदिति लोहकारस्य भस्त्राग्नेर्धमनसा
धनीभूतं चर्म तद्वत् संभ्रमेण सहवर्तमानौ ससंभ्रमौ अमंदौ यौ रेचपूरौ रेच
कपूरकौ कपालभातिरिति विख्याता कीदृशी कफदोषविशोषणी कफ

भस्त्रावल्लोहकारस्य रेचपूरौ ससंभ्रमौ कपालभातिर्विख्याता कफदो
षविशोषणी ३५ षट्कर्मनिर्गतस्थौल्यकफदोषमलादिकः प्राणा
यामं ततः कुर्यादनायासेन सिद्ध्यति ३६

स्य दोषाः विंशतिभेदभिन्नाः तदुक्तं निदाने कफरोगाश्च विंशतिरिति तेषां विशोष
णी विनाशिनी ३५ षट्कर्मणां प्राणायामोपकारकत्वमाह षट्कर्मेति ष
ट्कर्मभिर्धौतिप्रभृतिभिर्निर्गताः स्थौल्यस्य स्थूलस्वभावः स्थूलत्वं कफदो

४१ षाविंशतिसंख्याकाः मलादयश्च यस्य स तथा श्लेष्माद्धिभावेतिकप्रत्ययः आदि
शब्देन पित्तादयः प्राणायामं कुर्यात् ततस्तस्मात् षट्कर्मपूर्वकात्प्राणायामात्
अनायासेनाक्लेशेन सिद्धिर्भवतीति योग इति शेषः षट्कर्माकरणे तु प्राणायामेऽनाधिक्यं या
स्यादिति भावः ३६ मतभेदेन षट्कर्मणामनुपयोगमाह प्राणायामैरिति प्रा

प्राणायामैरेव सर्वे प्रशुष्यन्ति मला इति आचार्याणां तु केषांचिदन्य
त्कर्म न संमतं ३७

र्म
णायामैरेव एवशब्दः षट्कर्मव्यवच्छेदार्थः सर्वे मलाः प्रशुष्यन्ति मला इत्युपलक्ष
णं स्थौल्यकफपित्तादीनां इति हेतोः केषांचिदाचार्याणां याज्ञवल्क्यादीनां
अन्यत्कर्म षट्कर्म न संमतं नाभिमतं आचार्यलक्षणमुक्तं वायुपुराणे आचिनोति
च शास्त्रार्थमाचारे स्थापयत्यपि स्वयमाचरते यस्मादाचार्यस्तेन चोच्यत इति ३७

गजकरणीमाह उदरगतमिति अपानं पवनं अपानवायुं कंठनाले कंठनालद्ध
वकंठनालस्तस्मिन्नुउदीर्य उत्क्षिप्य उदरगतः प्राप्तः सचासौ पदार्थश्च भुक्तपीता
न्नजलादिः तं वमंति उद्गिरंति योगिन इत्यध्याहारः क्रमेण यः परिचयोऽ
भ्यासः तेन वश्यं स्वाधीनं नाडीनां चक्रं यस्याः सा तथा सा क्रिया हठज्ञैर्हठयोगि

उदरगतपदार्थमुद्वमंति पवनमपानमुदीर्य कंठनाले क्रमपरि
चयवश्यनाडिचक्रा गजकरणीति निगद्यते हठज्ञैः ३८

भिर्गजकरणीति निगद्यते कथ्यते क्रमपरिचयवश्यनाडिमार्गा इति क्वचि
त्पाठः तस्यायमर्थः क्रमपरिचयेन वश्या नाड्याः शोधिन्याः मार्गाः कंठपर्यंता य
स्याः सा तथा ३८ प्राणायामेष्वेवं रूपमभ्यसनीयः सर्वोत्तमेऽभ्यसत्वान्महापूज्यत्वा
न्नाह चतुर्भिः ब्रह्मादय इति ब्रह्मा आदिर्येषां ते ब्रह्मादयः तेपि किमुतान्ये इत्यर्थः

४२ त्रिदशा देवाः अंतयतीत्यंतकः कालः तस्माद्भयं अंतकभयं तस्मात् पवनाभ्यासप्राणवायोः
अभ्यासः रेचकपूरककुंभकभेदभिन्नप्राणायामानुष्ठानरूपः तस्मिन्तत्पराः आ
सहिताः अभूवन्नासन् तस्मात्पवनं अभ्यसेत् प्राणमभ्यसेत् ३९ यावदिति याव
त्यावत्कालपर्यंतं मरुत्प्राणानिलः देहे शरीरे बद्धः श्वासोच्छ्वासक्रियाशून्यः

ब्रह्मादयोऽपि त्रिदशाः पवनाभ्यासतत्पराः अभूवन्नंतकभयात्तस्मा
त्पवनमभ्यसेत् ३९ यावद्बद्धो मरुद्देहे यावच्चित्तं निराकुलं यावद्द
ष्टिर्भ्रुवोर्मध्ये तावत्कालभयं कुतः ४०

यावच्चित्तमंतःकरणं निराकुलमविक्षिप्तं समाहितं यावत् भ्रुवोर्मध्ये दृष्टिः अं
तःकरणवृत्तिः दृशिरत्र ज्ञानसामान्यार्थः तावत् तावत्कालपर्यंतं कलयतीति
कालोऽन्तकस्तस्माद्भयं कुतः न कुतोऽपीत्यर्थः तथा च वक्ष्यति खाद्यते न च कालेन
बाध्यते न च कर्मणा साध्यते न स केनापि योगी युक्तः समाधिनेति स्वाधीनमृत्युर्भव ४
तीत्यर्थः ४०

बंधा १

विधिवदिति विधिवत्प्राणसंयामैः आसनजालंधरादिविधियुक्तप्राणायामैः नाडीचक्रे नाडीनां चक्रं समूहस्तस्मिन् विशोधिते विशेषेण शोधिते निर्मले सति मारुतो वायुः सुषुम्ना इडापिंगलयोर्मध्यस्था नाडी तस्या वदनं मुखं भित्वा सुखादनायासात् विशति सुषुम्नांतरिति शेषः ४१ मारुत इति मध्ये

विधिवत्प्राणसंयामैर्नाडीचक्रे विशोधिते सुषुम्नावदनं भित्वा सु
खाद्विशति मारुतः ४१ मारुते मध्यसंचारे मनःस्थैर्यं प्रजायते यो
मनःसुस्थिरीभावः सैवावस्था मनोन्मनी ४२

सुषुम्नामध्ये संचारः सम्यक् चरणं गमनं ऊर्द्ध्वपर्यंतं यस्य सः मध्यसंचारः त १ वे
स्मिन् सति मनसः स्थैर्यं ध्येयाकारवृत्तिप्रवाहः जायते प्रादुर्भवति मनसः सुस्थिरीभावः सुष्ठु स्थिरीभवनं सैव मनोन्मनी अवस्था मनोन्मनीशब्द उन्मनीपर्यायः तच्चाग्रे वक्ष्यति राजयोगः समाधिश्चे त्यादिना ४२

४३ विचित्रेषु कुंभकेषु प्रवृत्तिं जनयितुं तेषां मुख्यफलमवांतरफलं चाह तत्सिद्धय इ-
ति विधानं कुंभकानुष्ठानप्रकारः तज्जानंतीति विधानज्ञाः तत्सिद्धये ऽक्मन्यवस्या
सिद्धये चित्रान् सूर्यभेदनादिभेदेन नानाविधान् कुंभकान्कुर्वंति विचित्राश्च
अभ्यासात् तेकुंभकाश्च विचित्रकुंभकाः तेषां अनुष्ठानात् विचित्रां अणिमादिभेदेन नाविधां नाम

तत्सिद्धये विधानज्ञाश्चित्रान्कुर्वंति कुंभकान् विचित्रकुंभकाभ्यासाद्वि-
चित्रां सिद्धिमाप्नुयात् ४३ अथ कुंभकभेदाः सूर्यभेदनमुज्जायी सीत्का-
री शीतली तथा भस्त्रिका भ्रामरी मूर्छा प्लाविनीत्यष्टकुंभकाः ४४

विलक्षणां वा जन्मौषधिमंत्रतपोजाताभ्यः तदुक्तं भागवते जन्मौषधितपोमंत्रैर्याव-
तीरिह सिद्धयः योगेनाप्नोति ताः सर्वा नान्यैर्योगगतिं व्रजेत् इति आप्नुयात् प्रत्या-
हारादिपरंपरयेति भावः अष्टौ कुंभकान्नामभिर्निर्दिशति सूर्यभेदनमिति
स्पष्टं ४४ ४२

६

अथहठसिद्धावनन्यथासिद्धं परमरहस्यं सर्वकुंभकसाधारणं युक्तिमाहत्रिभिः पू
रकांत इति जालंधर इत्यभिधानं यस्य सः जालंधराभिधः बंधः बध्नाति प्राणवायु
मिति बंधः कंठाकुंचनपूर्वकं चिबुकस्य हृदि स्थापनं जालंधरबंधः पूरकांते पूरक
स्यांते पूरकानंतरं इति कर्तव्यः तुशब्दात् कुंभकादौ उड्डियानकस्तु कुंभकांते
कुंभकस्यांते किंचित्कुंभकशेषे रेचकस्यादौ रेचकादौ रेचकात्पूर्वं कर्तव्यः अथ

पूरकांते तु कर्तव्यो बंधो जालंधराभिधः कुंभकांते रेचकादौ कर्तव्यस्तूड्डियानकः ४५
अधस्तात्कुंचनेनाशु कंठसंकोचने कृते मध्ये पश्चिमतानेन स्यात्प्राणो ब्रह्मनाडिगः ४६

त्वविशेषेण नाभिप्रदेशस्य पश्चात्त आकर्षणमुड्डियानबंधः ४५ अधस्तादिति कं
ठस्य संकोचने कंठसंकोचने तस्मिन्कृते सति जालंधरबंधे कृते सतीत्यर्थः आशु क
व्यवहितोत्तरमेव अधस्तात् अधःप्रदेशात् आकुंचनेन आधाराकुंचनेन मूलबंधे
नेत्यर्थः मध्ये नाभिप्रदेशे पश्चिमतः पृष्ठतः तानं तानेनं आकर्षणं तेन उड्डियानबं

८८

धेनेत्यर्थः उक्तरीत्या कृतेन बंधत्रयेण प्राणो वायुः ब्रह्मनाडिं सुषुम्नां गच्छतीति
ह्मग॰२ ब्रह्मनाडिगः सुषुम्नानाडीगामी स्यादित्यर्थः अत्रेदं रहस्यं यदि श्रीगुरुमुखाज्जि
हु॰३ ह्वाबंधः सम्यक्परिज्ञातस्तर्हि जिह्वाबंधपूर्वके जालंधरबंधे नैव प्राणो मस्तिष्क गा
तिवायुप्रकोपो नैव भवति वपुःकृशत्ववर्द्धनेप्रसन्नतेत्यादीनि सर्वाणि लक्ष
धौ णानि जायंते इति मूलबंधोड्डियानबंधौ यथोक्तौ तयोर्जिह्वाबंधपूर्वकेण जा
लंधरबंधेनान्यथासिद्धत्वात् जिह्वाबंधो न विदितश्चेदधस्तालुकचनेति श्लोके नै
क्तरीत्या प्राणायामाः कर्तव्याः अयोविबंधात् गुरुमुखाज्ज्ञातव्याः मूलबंधस्तु सम्य
जो ४ ग्ज्ञातो नानारोगोत्पादकः तथा हि यदि मूलबंधे कृते धातुक्षयो विष्टंभोग्निमांद्य
ऽ२ नादमोघगुह्यकामस्तुहानिस्तजरसेवपुरीषं स्यात्तदा मूलबंधः सम्यङ्न ज्ञात
इति बोध्यं यदि तु धातुपुष्टिः सम्यङ्मलशुद्धिरग्निदीप्तिः सम्यङ्नादाभिव्य
क्तिश्च स्यात्तदा ज्ञेयं मूलबंधः सम्यग्ज्ञात इति

अपानमिति अपानं अपानवायुं ऊर्ध्वं उत्थाप्य आधाराकुंचनेन प्राणं प्राण
वायुं कंठात् अधः अधोभागे नयेत् प्रापयेत् यः सः योगी योगोऽस्यास्तीति अभ्यस्य
स्या त्वेनेति योगी योगोऽसी जरया वार्द्धकेन विमुक्तः विशेषेण मुक्तः सन् षोडशानां
अब्दानां समाहारः षोडशाब्दं षोडशाब्दं वयो यस्य सः तादृशो भवेत् यद्यपि

अपानमूर्ध्वमुत्थाप्य प्राणं कंठादधो नयेत् योगी जराविमुक्तः सन्षो।
डशाब्दवयो भवेत् ६६

घंटिकांते तु कर्त्तव्य इत्यादिनां त्रयाणां श्लोकानामेक एवार्थः पर्यवस्यति तथापि
न॰ घंटिकांते तु कर्त्तव्य इत्यनेन बंधानां काल उक्तः अधस्तात्कुंचनेनेत्यनेन बंधानां स्व
रूपमुक्तं अपानमूर्द्ध्वमुत्थाप्येत्यनेन बंधानां फलमुक्तमिति विशेषः जालंधर
बंधे मूलबंधे च कृते उड्डियानबंधो भवत्येवेत्यस्मिन् श्लोके उक्तः तथा चोक्तं ज्ञानेश्वरेण गीता
व्याख्याप्रव्याख्यायां मूलबंधे जालंधरबंधे च कृते नाभेरधोभागे श्रीकर्षणाद्वियाबंधः
स्वयमेव भवतीति ६६
नौ २

योगाभ्यासक्रमंवक्ष्येयोगिनांयोगसिद्धये उषःकालेसमुत्थायप्रातःकालेयथाबु
धः १ गुरुंसंस्मृत्यशिरसिहृदयेस्वेष्टदेवतां शौचंकृत्वादंतशुद्धिंविदध्याद्भस्म
धारणं २ शुचौदेशेमठेरम्येप्रतिष्ठाप्यासनंमृदु तत्रोपविश्यसंस्मृत्यमनसागुरु
मीश्वरं ॥ ३ ॥ देशकालौचसंकीर्त्यसंकल्प्यविधिपूर्वकं अद्येत्यादि० श्रीपरमेश्वरप्र
वं सादपूर्वकंसमाधितत्फलसिद्ध्यर्थंआसनपूर्वकान्प्राणायामादीन्करिष्ये अनं
तंप्रणम्यदेवंनागेशंपीठसिद्धये ४ मणिभ्राजत्फणासहस्रविधृतविश्वंभरामंड
लायानंतायनागराजायनमः ततोभ्यसेदासनानिश्रमेजातेशवासनं अंतेसम
भ्यसेत्तुश्रमाभावेतुनाभ्यसेत् ५ करणींविपरीताख्यांकुंभकात्पूर्वमभ्यसेत् जा
लंधरप्रसादार्थंकुंभकेपूर्वयोगतः ६ विधायाचमनंकृत्वाकर्मांगप्राणसंयमं
था। योगींद्रादीन्नमस्कृत्य कौर्मेचोक्तंशिववाक्यतः ७ कूर्मपुराणेशिववाक्यं नमस्कृत्या
थ योगींद्रान्सशिष्यांश्चविनायकं गुरुंचैवाथमांयोगीयुंजीतसुसमाहितः ८
बध्वाभ्यसेत्सिद्धपीठंकुंभकान्बंधपूर्वकं प्रथमेदशकंतस्याःपंचवृद्ध्यादिनेदिने ९

२ बंधपूर्वकमेकधीः उज्जायिनं ततः कुर्वीत

कार्या भस्त्रीति पर्यंतं कुंभकाः सुसमाहितैः योगी दृढप्रयत्नं कुर्यादभ्यासं चंद्रसू
र्ययोः १० अनुलोमविलोमाख्यमेवं प्राकर्मनीषिणः सूर्यभेदनमभ्यस्य सीत्का
रीं शीतलीं ततः भस्त्रिकां च समभ्यस्य कुर्यादन्याः प्लवां ११ ततः मुद्राः समभ्यसेद्दृढा
गुरुवक्त्राद्यथाक्रमं ततः पद्मासनं बद्ध्वा कुर्यान्नादानुचिंतनं अभ्यासादुत्थितः
स्नानं कुर्यादुष्णेन वारिणा १३ स्नात्वा समापयेन्नित्यकर्म संक्षेपतः सुधीः मध्या
ह्ने पि तथाभ्यस्य किंचिद्विश्रम्य भोजनं १४ कुर्वीत योगिनो पथ्यमपथ्यं न कदाचन
एलां वापि लवंगं वा भोजनांते च भक्षयेत् १५ केचित्कर्पूरमिच्छंति तांबूले शोभ
ने तथा चूर्णेन रहितं शोपवनाभ्यासयोगिनो इति चिंतामतो वाक्यं स्वारस्यं भजेन
नहि केचित्पदेन यस्मान्नुतयोः शीतोष्णहेतुता १७ भोजनानंतरं कुर्यान्मो
क्षशास्त्रावलोकनं पुराणश्रवणं वापि नामसंकीर्तनं विभोः १८ सायंसंध्यावि
धिं कृत्वा योगं पूर्ववदभ्यसेत् यदा त्रिघटिका शेषे दिवसेभ्यासमारभेत् अभ्या

सं सकलं कुर्यादीश्वरार्पणमादृतः ८

५६ साह्नेतरे कार्यः स्नानं संध्या तदा तु धीः अर्द्धरात्रे हठाभ्यासं विदध्यात्पूर्ववद्यमी २१
विपरीतां तु करणीं सायंकालार्द्धरात्रयोः नाभ्यसेद्भोजनादूर्ध्वं यतः सा न प्रश-
स्यते २२

अथोद्देशक्रमेण कुंभकान्विवक्षुस्तत्र प्रथमोद्दिष्टं सूर्यभेदनं तत्फलं चाह त्रिभिः
आसन इति सुखं ददातीति सुखदं तस्मिन्सुखदे च शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य स्थि
रमासनमात्मनः नात्युच्छ्रितं नातिनीचं चैलाजिनकुशोत्तरमित्युक्तलक्षणे ।।
विविक्तदेशे च सुखासनस्थः शुचिः समग्रीवशिरःशरीर इति श्रुतेश्च चैलाजि

आसने सुखदे योगी बध्वा चैवासनं ततः दक्षनाड्या समाकृष्य ब
हिःस्थं पवनं शनैः ४८

नकुशोत्तरे आसने आस्ते अस्मिन्नित्यासनं आस्यते अनेनेति वा तस्मिन् योगी
योगाभ्यासी आसनं स्वस्तिकवीरसिद्धपद्माद्यन्यतमं मुख्यत्वात्सिद्धासनमे
व वा बध्वैव बंधनेन संपाद्यैव वृत्त्वेत्यर्थः ततः आसनबंधानंतरं दक्षा दक्षि
णभागस्था या नाडी पिंगला तया बहिःस्थं देहाद्बहिर्वर्तमानं पवनं वायुं श

हं

४७ नैः मंदंमंदं मारुतं कृष्य पिंगलया मंदंमं पूरकं कृत्वेत्यर्थः ४७ आकेशादिति के
शानामर्यादीकृत्येत्याकेशांतस्मात् नखाग्रमामर्यादीकृत्येत्यानखाग्रंतस्मा
द। च्च निरोधस्य वायोरवरोधस्यावधिर्मर्यादा यस्मिन्कर्मणि तत्तथा कुंभयेत् केशाप
र्यंतंनखाग्रपर्यंतंच वायोर्निरोधो यथा भवेत्तथातिप्रयत्नेन कुंभकं कुर्यादित्यर्थः न

आकेशादानखाग्राच्च निरोधावधि कुंभयेत् ततः शनैः सव्यनाड्या रेच अपा
येत्पवनं शनैः ४८

नु हठाभ्यासरुद्धः प्राणो यदि रोमकूपेभ्यो निःसरेत् देहं विदारयत्येव कुष्ठादि जनयत्यपि
ततः प्रत्याचष्टे योऽसौ क्रमेणाभ्यस्तः एव हस्तिवत् वन्यो गजो गजपालैरिव क्रमेणाभ्य
स्तानि यात् करोति वशी तानि हठाभ्यासवत्ते परिलंघयेत् तथा प्राणो हृदिस्थो
यं योगिना क्रमयोगतः गृहीतः सेव्यमानस्तु विकारं अनुपगच्छतीति वा क्व
विरुद्धमतिप्रयत्नेन कुंभकं कुर्यादिति कथमुक्तमिति चेत् न हठान्ते ४९

६८

रुद्धः प्राणोयमिति वाक्यस्य बलाद्रेचिरेत्प्राणान्जेयं करिष्यामीति बुध्या रंभ एव
वकुंभाभ्यासलक्षपरत्वात् क्रमेणाभ्युपगमविवदिति दृष्टांतस्वारस्याच्च अतएव
स्कंदपुराणे लोकेऽभ्यासे धारयित्वा यथाशक्ति निधारयेदिति रोधनशक्तिर्वोक्तं गंगास्ने
तस्मात्कुंभकस्त्वतिप्रयत्नपूर्वकं कर्त्तव्यः यथा यथाति यत्नेन कुंभकः क्रियेत
भवंय तथा तथास्मिन्गुणाधिर्भवेत् यथा यथा च शिथिलः कुंभकः स्यात् तथा तथा गुणा
ल्पत्वं स्यात् अत्र योगिनामनुभवोपि मानं पूरकस्तु शनैः शनैः कार्यः वे
गात्तु न कर्त्तव्यः वेगादपि कृते पूरके दोषाभावात् रेचकस्तु शनैः शनैरेव कर्त्त
व्यः वेगात्कृते रेचके बलहानिप्रसंगात् ततः शनैः शनैरेव रेचयेन्न तु वेगत
इत्याद्यनेकधा ग्रंथकारोक्तेश्च ततः निरोधावधिकुंभकानंतरं शनैर्मंदं
मंदं सव्ये वामभागे स्थिता नाडी सव्यनाडी तया सव्यया इडया पवनं

वायुरेचयेत् बहिर्निःसारयेत् पुनः शनैर्मुक्तिस्तु शनैरेव रेचयेदित्यवधारणार्थं न
तूक्तं विस्मये च विषादे च द्वैध्ये चैवावधारणे तथा प्रसादनेऽहर्षे वाक्यपूरणे के दिरुच्यते इति
४९ कपालशोधनमिति कपालस्य मस्तकस्य शोधनं शुद्धिकरं वातजा दोषा वात
दोषाः अशीतिप्रकाराः तान् हन्तीति वातदोषघ्नं कृमीनां उदरजातानां दोषो विकारः

कपालशोधनं वातदोषघ्नं कृमिदोषहृत् पुनः पुनरिदं कार्यं सूर्यभेदन
मुत्तमम् ५०

तं हरतीति कृमिदोषहृत् इदं पुनः पुनर्भूयो भूयः कार्यं सूर्येण सूर्यकुंभयित्वा चं
द्रेण रेचनमिति रीत्या इदं उत्तमं उत्कृष्टं सूर्यभेदनं सूर्यभेदनाख्यं उक्तं योगि
भिरिति शेषः ५०

उज्जायिनमाह सार्द्धेन मुखमिति मुखमास्यं संयम्य संपुटं कृत्वा मुद्रयित्वेत्यर्थः
कंठात्तु कंठादारभ्य हृदयावधि हृदयपर्यंतं यस्मिन्कर्मणि तत्तथा स्वनेन सहि
तं यथा स्यात्तथा उभे क्रियाविशेषणे लगति श्लिष्यति पवन इत्यध्याहृत्य तथा तेन
प्रकारेण नाडीभ्यां इडापिंगलाभ्यां पवनं वायुं शनैर्मंदं आकृष्य आकृष्य कृत्वा पूर

अथोज्जायी मुखं संयम्य नाडीभ्यामाकृष्य पवनं शनैः यथा लगति कं
ठात्तु हृदयावधि सस्वनं ५१ पूर्ववत्कुंभयेत्प्राणं रेचयेदिडया ततः श्लेष्म
दोषहरं कंठे देहानलविवर्धनं ५२

यित्वेत्यर्थः प्राणं पूर्ववत् पूर्वं सूर्यभेदने कृतं तद्वत् आकेशादानखाग्रान्नि
रोधावधि कुंभयेदित्युक्तरीत्या कुंभयेत् रोधयेत् ततः कुंभकानंतरं इडया वाम
नाड्या रेचयेत् त्यजेत् उज्जायिगुणानाह सार्द्धश्लोकेन श्लेष्मदोषहरमिति कं
ठे कंठप्रदेशे श्लेष्मणो दोषाः श्लेष्मदोषाः कासादयः तान्हरतीति श्लेष्मदोषहरः
तं देहानलस्य देहमध्यगतानलस्य जाठरस्य विवर्द्धनं विशेषेण वर्द्धनं दीपनमित्यर्थः

नाडीति नाडी शिरा जलं पीतमुदकं उदरं तुंदं आसमंताद्देहे वर्त्तमाना धातवश्चाधा
तवः रसासृङ्मांसमेदोस्थिमज्जशुक्राणि तेषु गतः प्राप्तो यो दोषो विकारः तं विशेषेण नाशयतीति
नाडीजलोदरधातुगतदोषविनाशनं गच्छता गमनं कुर्वता तिष्ठता स्थितेन वा ॥
पि पुंसा उज्जाय्याख्यं उज्जायीति आख्या यस्य तत् तु इति अस्य वैशिष्ट्य

नाडीजलोदराधातुगतदोषविनाशनं गच्छता तिष्ठता कार्यमुज्जाय्या
ख्यं तु कुंभकं ॥ ५३ ॥ अथ सीत्कारी सीत्कां कुर्यात्तथा वक्त्रे घ्राणेनैव वि
जृंभिकां एवमभ्यासयोगेन कामदेवो द्वितीयकः ॥ ५४ ॥

घ्राणेनैव कार्यं कर्त्तव्यं उज्जायीति क्वचित्पाठः गच्छता तिष्ठता तु बंधरहितः कर्तव्यः
कुंभकरात् स्त्रीलिंगः पुल्लिंगपाठे तु विशेषणलोपपुंल्लिंगः पाठः कार्यः सीत्का
रीकुंभकमाह सीत्कामिति वक्त्रे मुखे सीत्कां सीत् एव सीत्का सी इति शब्दः सी
त्कारः तां कुर्यात् सीत्कारपूर्वकं मुखेन पूरकं कुर्यादित्यर्थः घ्राणेनैव नासि
काभ्यामेव तदोष्ठयोरंतो संलग्नया जिह्वया ॥

अथ सीत्कार्याः प्रशंसा २

कथं वेत्युनेनोभाभ्यां नासापुटाभ्यां रेचकः कार्यः तु मुखं पवनशब्देन वक्त्रस्याव्यवछेदः वक्त्रेण
वायोर्निःसारणं तु अभ्यासानंतरमपि न कार्यं बलहानिकरत्वात् विर्जुम्भिकां रेचकं कु
र्यादित्यत्रापि संबध्यते कुंभकस्त्वनुक्तोपि सीत्कार्याः कुंभकत्वादेवावगंतव्यः एवमुक्तप्रकी
रेण अभ्यासः पौनःपुन्येनानुष्ठानं स एव योगः योगसाधनत्वात् तेन द्वितीय एव द्वितीय

योगिनीचक्रसम्मान्यः सृष्टिसंहारकारकः न क्षुधा न तृषा निद्रा नैवाल
स्यं प्रजायते ५५ लावण्या

कः कामदेवः कंदर्पः रूपातिशयेन कामदेवसादृश्यात ५४ योगिनीनां चक्रं योगि
२ सू नीचक्रं योगिनीसंघः तस्य सम्मान्यः संसेव्यः सृष्टिः प्रपंचोत्पत्तिः संहारस्तल्लयः त
योः कारकः कर्ता क्षुधा भोक्तुमिच्छा न तृषा जलपानेच्छा न निद्रा
सुषुप्तिर्न आलस्यं कायचित्तगौरवात्प्रवृत्त्यभावः कायगौरवं कफादिना [redacted] चि
गौरवं तमोगुणेन नैव प्रजायते नैव प्रादुर्भवति एवमभ्यासयोगेनेति प्रजायत इति
च प्रतिवाक्यं संबध्यते ५५

भवेदिति देहस्य शरीरस्य सत्त्वं बलं च भवेत् अनेन उक्तेन विधिना अभ्यासविधि
ना योगीन्द्रः योगिनामिंद्रइव योगीन्द्रः भूमिमंडले भूमेर्मंडले सर्वैरुपद्रवैर्वर्जितः
सर्वोपद्रववर्जितः भवेत् सत्यं सर्ववाक्यं सावधारणमिति न्यायाद्दुक्तफलं तत्सत्य म
भवेत्यर्थः ५६ शीतलीकुंभकमाह जिह्वयेति जिह्वया ओष्ठयोर्बहिर्निर्गतया

भवेत्सत्वं च देहस्य सर्वोपद्रववर्जितः अनेन विधिना सत्यं योगींद्रो भूमिमंड
ले ५६ अथ शीतली जिह्वया वायुमाकृष्य पूर्ववत्कुंभसाधनं शनकैर्घ्रा
णरंध्राभ्यां रेचयेत्पवनं सुधीः ५७

विहंगमाधरचंचुसदृशया वायुमाकृष्य शनैः पूरकं कृत्वेत्यर्थः पूर्ववत् सूर्यभेद
नवत्कुंभस्य कुंभकस्य साधनं विधानं कृत्वेत्यध्याहारः सुधीः शोभना धीर्यस्य सः
घ्राणस्य रंध्रे घ्राणरंध्रे ताभ्यां नासापुटविवराभ्यां शनकैः शनैरेव अत्वयसवेना
न्मानिलकं च पवनं वायुं रेचयेत् ५७ ५०

शीतलीगुणानाह गुल्मप्लीहादिकानिति गुल्मश्च प्लीहा च गुल्मप्लीहौ ते गदविशेषौ
आदौ येषां ते गुल्मप्लीहादिकास्तान् रोगानामयान् ज्वरं ज्वरारंभ्यरोगं पित्तं पित्तवि
कारं क्षुधां मोहं निद्रां तृषां जलपानेच्छां विषाणि सर्पादिविषजनितविकारान् शी
तली नाम इति प्रसिद्धा पर्यंक मत्स्यं इयं उक्ता कुंभिका निहंति नितरां हंति कुंभरो

गुल्मप्लीहादिकान् रोगान् ज्वरं पित्तं क्षुधां तृषां। विषाणि शीतली नाम
कुंभिकेयं निहंति हि ५८ अथ भस्त्रिका ऊर्वोरुपरि संस्थाप्य शुभे पादतले
उभे पद्मासनं भवेदेतत्सर्वपापप्रणाशनं ५९

ऊर्वोः

रुः स्त्रीलिंगोऽपि तथा च श्रीहर्षः उदरस्य कुंभीरथ प्राप्त कुंभजा इति स्वार्थे कप्रत्यये कुं
भ एव कुंभिका इति भस्त्राकुंभकस्य पद्मासनपूर्वकमेवानुष्ठानात्तदादौ पद्मासन
माह ऊर्वोरिति उपरि उत्ताने शुभे शुद्धे उभे द्वे पादयोस्तले अधःप्रदेशौ संस्थाप्य सम्य
क् स्थापयित्वा वसेत् एतत्पद्मासनं भवेत् कीदृशं सर्वपापप्रणाशनं सकलपापनाशनं
अत्रोपरीत्यत्र उत्तानवाचकं तथा च कारकेषु मनोरमायां उपर्युपरिबुद्धीनामित्यत्रोपरि बुद्धीनां
त्यस्योत्तानबुद्धि

क्ष१

५१ भस्त्रिकाकुंभकमाह सम्यगिति ग्रीवा च उदरं च ग्रीवोदरं प्राप्तं गत्वा देकं वद्धाव: समं
ग्रीवोदरं यस्य स: समग्रीवोदर: सुष्ठु पिहिता धीर्यस्य स: सुधी: पद्मासनं सम्यक्स्थि
रं बद्ध्वा मुखं संयम्य संयतं कृत्वा यत्नेन प्रयत्नेन घ्राणेन घ्राणस्यैकतरेण रन्ध्रेण प्राणं
शरीरांत:स्थितं वायुं रेचयेत् ६० रेचकप्रकारमाह यथेति हृच्च कंठश्च हृत्कंठं तस्मि

सम्यक्पद्मासनं बद्ध्वा समग्रीवोदर: सुधी:। मुखं संयम्य यत्नेन प्राणं घ्रा
णेन रेचयेत् ६० यथा लगति हृत्कंठे कपालावधि सस्वनं। वेगेन पूरयेच्चा
पि हृत्पद्मावधि मारुतं ६१ पुनर्विरेचयेत्तद्वत्पूरयेच्च पुनः पुनः।। [illegible]

[illegible] न् हृत्कंठे सनादं रवं कपालावधि कपालपर्यंतं स्वनेन सहितं सस्वनं यथा स्यात्तथा
यथा येन प्रकारेण लगति प्राण इति शेष: तथा रेचयेत् हृत्पद्मावधि हृत्कमलप
र्यंतं वेगेन तरसा मारुतं वायुं पूरयेच्चापीति पादपूरणार्थं ६१ पुनरिति
तद्वत् पूर्ववत् पुनर्विरेचयेत् पुनः पुनः पूरयेच्चेत्यन्वय: ऽलेषे दृष्टांतमाह यथैवेति ५१

लोहकारेण लोहविकाराणां कर्तृणां भस्त्राऽग्नेर्धमनसाधनीभूतं चर्म यथैव येनैव प्रका
६२ रेण वेगेन चाल्यते तथैव तेनैव प्रकारेण स्वशरीरस्थं स्वशरीरे स्थितं पवनं प्राणं धिया
बुद्ध्या चालयेत् रेचकपूरकयोर्निरंतरावर्तनेन चालनस्य विधिना ह यदा श्रम इति
री यदा यस्मिन्काले देहेन देहस्य श्रमो रेचकपूरकयोर्निरंतरावर्तनेनायासः भवेत् तदा तं

यथैव लोहकारेण भस्त्रा वेगेन चाल्यते तथैव स्वशरीरस्थं चालयेत्पव
नं धिया यदा श्रमो भवेद्देहे तदा सूर्येण पूरयेत् ६३ यथोदरं भवेत्पूर्ण
मनिलेन तथा लघु धारयेन्नासिकां मध्यातर्जनीभ्यां विना दृढं ६४

स्मिन्काले यथा येन प्रकारेण पवनेन वायुना लघु क्षिप्रमेव उदरं पूर्णं भवेत् तथा तेन
न प्रकारेण सूर्येण सूर्यनाड्या पूरयेत् लघु क्षिप्रमरं द्रुत नित्यमरः पूरकानंतरं य
कर्तव्यं तदाह धारयेदिति मध्यातर्जनीभ्यां मध्यमातर्जनीभ्यां विना अंगुष्ठानामि
काकनिष्ठिकाभिः नासिकां दृढं धारयेत् अंगुष्ठेन दक्षिणनासापुटं निरुध्य अनामिकाकनि
ष्ठिकाभ्यां वामनासापुटं निरुध्य नासिकां दृढं गृह्णीयादित्यर्थः ॥६४॥ टीः

५२ विधिवदिति विधिवत् बंधपूर्वकं कृत्वा इडयाचंद्रनाड्याऽनिलं वायुं रेचयेत् भस्त्रा
कुंभकस्यैवं परिपाटी वामनासिकापुटं दक्षिणांगुष्ठेनानामिकाकनिष्ठिकाभ्यां नि
रुध्य दक्षिणनासिकापुटेन भस्त्रावत् वेगेन रेचकपूरकाः कार्याः श्रमे जाते ते
नैव नासापुटेन पूरकं कृत्वांगुष्ठेन दक्षिणनासिकापुटं निरुध्य यथाशक्ति कुं
भकं धारयेत् पश्चादिडया रेचयेत् पुनः दक्षिणनासापुटं मेगुष्ठेन निरुध्य वाम

विधिवत्कुंभकं कृत्वा रेचयेदिडयानिलं

नासिकापुटेन भस्त्रावत् रहितनिरेचकपूरकाः कर्तव्याः श्रमे जाते नैव नासिकापुटेन ते
पूरकं कृत्वाऽनामिकाकनिष्ठिकाभ्यां वामनासिकापुटं निरुध्य यथाशक्तिकुंभ
कं कृत्वा पिंगलया रेचयेत् इत्येका रीतिः वामनासिकापुटमनामिकाकनिष्ठिका
भ्यां निरुध्य दक्षिणनासिकापुटेन पूरकं कृत्वा रहित्यंगुष्ठेन दक्षिणनासिका
पुटं निरुध्य वामनासिकापुटेन रेचयेत् एवं शतधा कृत्वा श्रमे जाते तेनैव पूरयेत् ५२

बंधपूर्वकं कुंभकं कृत्वा इडया रेचयेत् पुनः दक्षिणानासिकापुटमंगुष्ठेन नि
रुध्य वामनासापुटेन पूरकं कृत्वा रुद्धिति वामनासिकापुटम [illegible] निरुध्य
पिंगलया रेचयेत् भस्त्रावत् पुनः पुनरेवं कृत्वा रेचकपूरकाविति क्रमेणानेन वाम
नासापुटेन पूरकं कृत्वा अनामिकाकनिष्ठिकाभ्यां घृष्ट्वा कुंभकं कृत्वा
पिंगलया रेचयेदिति द्वितीया रीतिः ॥ ॥ भस्त्रिकागुणानाह वातपित्तेति

वातपित्तश्लेष्महरं शरीराग्निविवर्द्धनं ६४ कुंडलीबोधकं क्षिप्रं पवनं सुखदं हितं

वातश्च पित्तं च श्लेष्मा च वातपित्तश्लेष्माणः तान् हरतीति तत् हरं शरीरे देहे योग्निर्जठ
रानलः तस्य विशेषेण वर्द्धनं दीपनं क्षिप्रं शीघ्रं कुंडल्याः बोधकं प्रबोधकं पुनाती
ति पवनं पवित्रकारकं सुखं ददातीति सुखदं हितं त्रिदोषहरत्वात् सर्वेषां हितं सर्वदा च हितं
सर्वेषां कुंभकानां सर्वदा हितं तत्रापि सूर्यभेदनोज्जायिनावुष्णौ प्रायेण शीते हितौ

५२ सीत्कारीशीतल्यौ शीतले प्रायेण पित्तोपशमने हिते भस्त्राकुंभकः समशीतोष्णः सर्वदा हितः
सर्वेषां कुंभकानां सर्वरोगहरत्वेपि सूर्यभेदनं प्रायेण वातहरं उज्जायी प्रायेण श्लेष्म
हरः सीत्कारीशीतल्यौ प्रायेण पित्तहरे भस्त्राख्यः कुंभकस्त्रिदोषहर इति बो
ध्यं ब्रह्मनाडी सुषुम्ना ब्रह्मप्रापकत्वात् तथा च श्रुतिः शतं चैका च हृदयस्य नाड्य
स्तासां मूर्धानमभिनिःसृतैका तयोर्ध्वमायन्नमृतत्वमेति विष्वङ्ङन्या उत्क्रमणे भ

ब्रह्मनाडीमुखे संस्थकफाद्यर्गलनाशनं ॥ सम्यग्गात्रसमुद्भूतग्रंथि
त्रयविभेदकं ॥ विशेषेणैव कर्तव्यं भस्त्राख्यं कुंभकं त्विदं ॥६७॥

वंतीति तस्याः मुखे अग्रभागे संस्थः सम्यक्स्थितो यः कफादिरूपो अर्गलः प्राणगति
प्रतिबंधकः तस्य नाशनं नाशकं च सम्यक् दृढीभूतं गात्रे गात्रमध्ये सुषुम्नायां
वर्तमानं समुद्भूतं जातं यद्ग्रंथीनां त्रयं ग्रंथित्रयं ब्रह्मग्रंथिविष्णुग्रंथिरुद्रग्रंथि
रूपं तस्य विशेषेण भेदजनकं अत एव इदं भस्त्रा इत्याख्यायत इति भस्त्राख्यं कुंभकं
तु विशेषेणैव कर्तव्यं अवश्यं कर्तव्यमित्यर्थः सूर्यभेदनादयस्तु यथासंभवं कर्तव्याः ॥६७॥ ५३

तथा२ ऋत्वा२

भ्रामरीकुंभकमाह वेगादिति वेगात् तरसा घोषं सशब्दं यथा स्यात्तथा भृंगस्य भ्रमर
स्येव नादइव नादो यस्मिन्कर्मणि तत्तथा पूरकं भृंग्याः भ्रमर्याः नादइव नादो यस्मिन्तत
तु वनि रहितं यथा मंदमंदं [illegible] रेचकं पूरकांतेनंतरं कुंभकस्तु भ्रामर्याः कुंभकत्वादेव सिद्धः विरो
पूरकरेचकयोस्तु विशेषोस्तीति वेदितव्यो एवमुक्तरीत्या अभ्यसनमभ्यासः तस्य यो बाच्य
गो युक्तिः तस्मात्योगींद्राणां चित्ते काचिदनिर्वाच्या आनंदेलीलाक्रीडा आनंद कोऽर्थः

अथ भ्रामरी वेगाद्घोषं पूरकं भृंगनादं भृंगीनादं रेचकं मंदमंदं योगींद्रा
णामेवमभ्यासयोगाच्चित्ते जाता काचिदानंदलीला अथ मूर्छा पूरकांते ६८
गाढतरं बद्ध्वा जालंधरं शनैः रेचयेन्मूर्छनाख्येयं मनोमूर्छा सुखप्रदा ६९
लीला जाता उत्पन्ना भवति ६८ मूर्छाकुंभकमाह पूरकांते इति पूरकस्यांते अव
साने अतितरां गाढं गाढतरं ६० तरं जालंधरं जालंधराख्यं बंधं बध्वा श
नैर्मंदमंदं रेचयेत् इयं कुंभिका मूर्छना ख्या मनो मूर्छयतीति मूर्छा मूर्छना इत्याख्या
यस्या इति मूर्छनाख्या कीदृशी मनोमूर्छयतीति मनोमूर्छा एतेन मूर्छनायाः विग्रहदर्शनं

कंफलमुक्तं पुनः कीदृशो सुखदा सुखं ददातीति सुखप्रदा ७० प्लाविनीकुंभकमाह अं
तरिति अंतः शरीरांतः प्रवर्तितैः पूरितैः उदरे इति व्यापितैर्योमारुतैः समीरैः तेनेत्या
समंतात् पूरितं उदरं येन सः पुमान् अगाधेपि अतलस्पर्शेपि पयसि जले पद्म
पत्रवत् पद्मपत्रेणातुल्यं सुखात् अनायासात् प्लवते तरति गच्छति ७१ अथ प्राणा

अथ प्लाविनी अंतः प्रवर्तितोदारमारुतापूरितोदरः पयस्यगाधेपि सु
खात्प्लवते पद्मपत्रवत् ७१ प्राणायामस्त्रिधाप्रोक्तो रेचपूरककुंभकैः
सहितः केवलश्चेति कुंभको द्विविधो मतः ७२

यामभेदानाह प्राणायाम इति प्राणस्य शरीरांतः संचारिवायोः आयमनं निरोध
नमायामः प्राणायामः प्राणायामलक्षणमुक्तं गोरक्षनाथेन प्राणः स्वदेहजो वायुरा
यामस्तन्निरोधनमिति रेचकश्च पूरकश्च कुंभकश्च तैर्भेदैः त्रिधा त्रिप्रकारकः रे
चकः प्राणायामः पूरकः प्राणायामः कुंभकः प्राणायामश्चेति रेचकलक्षणमाह याज्ञ

५५

वल्क्यः बहिर्यद्रेचनं वायोरुदराद्रेचकः स्मृत इति रेचकप्राणायामलक्षणं निष्क्रम्य
नासाविवरादशेषं प्राणं बहिः शून्यमिवानिलेन निरुद्ध्य संतिष्ठति रुद्धवायुः स रेचको
नाम महानिरोधः पूरकलक्षणं बाह्यादापूरणं वायोरुदरे पूरको हि सः पूरकप्राणाया
मलक्षणं बाह्ये स्थितं घ्राणपुटेन वायुमाकृष्य तेनैव शनैः समन्तात् नाडीश्च सर्वाः परि
पूरयेद्यः स पूरको नाम महानिरोधः कुंभकलक्षणं संपूर्य कुंभवद्वायोर्धारणं कुंभको भ
वेत् अयं कुंभकस्तु पूरकप्राणायामादभिन्नः भिन्नस्तु न रेचको नैव च पूरकोऽत्र नासापुटेन
ने७ स्थितमेव वायुं सुनिश्चलं धारयेत्क्रमेण कुंभाख्यमेतत्प्रवदंति तज्ज्ञाः अथ प्रकारान्तरे
ण प्राणायामं विभजते सहित इति कुंभको द्विविधः सहितः केवलश्चेति मनोन्मनतोयो
तत्र गिनामिति शेषः सहितो द्विविधः रेचकपूर्वकः पूरकपूर्वकश्च तदुक्तं रेच्यापूर्य वा कुर्या
त्स वै सहितकुंभकः तत्र रेचकपूर्वको रेचकप्राणायामादभिन्नः पूरकः कुंभकः पूरकप्रा
णायामादभिन्नः केवलकुंभकः कुंभकप्राणायामादभिन्नः प्रागुक्ताः सूर्यभेदनादयः
पूरकपूर्वकस्य कुंभकस्य भेदा ज्ञातव्याः ॥७२॥ पूर्वकः २

५५ सहितकुंभकाभ्यासस्यावधिमाह यावदिति केवलस्यकेवलकुंभकस्यसिद्धिःकेव
लसिद्धिःयावत्यावत्पर्यंतंस्यात् तावत्तावत्पर्यंतंसहितंसहितकुंभकंसूर्यभेदना
दिकंअभ्यसेत्अनुतिष्ठेत् सुषुम्णाभेदानंतरंषद्दोषुसुषुम्णानःषट्त्राषदाभवेतित
दाकेवलकुंभकःसिध्यति तदनंतरंसहितकुंभकाद्दशविंशतिर्वाकार्याःअशीतिसं

यावत्केवलसिद्धिःस्यात्सहितंतावदभ्यसेत् रेचकंपूरकंमुक्त्वासुखंयद्वायु
धारणं ७२ प्राणायामोयमित्युक्तःसवैकेवलकुंभकः

ख्यापूर्तिःकेवलकुंभकैरेवकर्तव्या सतिसामर्थ्येकेवलकुंभकाअशीतेरधिकाःकार्याः
केवलकुंभकस्यलक्षणमाह रेचकमिति रेचकंपूरकंमुक्त्वात्यक्त्वासुखंअनायासंय
थास्यात्तथायोवायोर्धारणंवायुधारणंयत् सवैइतिनिश्चितंकेवलकुंभकःप्राणायामइ श्री
त्ययमुक्तः केवलप्रशंसति केवलइति रेचोरेचकंअपूरकंअरेचपूरकौताभ्यांव
र्जितेरहितेकेवलेकुंभकेसिद्धेसति तस्ययोगिनस्त्रिषुलोकेषुदुर्लभंदुःप्राप्यंकिं ५५

२ ऐन

चित्किमपि न विद्यते तस्य सर्वं सुलभमित्यर्थः शक्त इति केवलकुंभकेन केवलकुंभका
भ्यासेन शक्तः समर्थः यथेष्टं यथेष्टं वायोर्धारणं वायुधारणं तस्मात् वायुधारणात् राजयोग
पदं राजयोगाख्यं पदं लभते अत्र अस्मिन्नर्थे संशयो न किंचिन्नेत्यर्थः कुंभकाभ्यासस्य परंपर

कुंभके केवले सिद्धे रेचपूरकवर्जिते न तस्य दुर्लभं किंचित् त्रिषु लोकेषु विद्यते
शक्तः केवलकुंभेन यथेष्टं वायुधारणात् राजयोगपदं चापि लभते नात्र संशयः कुंभकात्कुंडलीबोधः कुंडलीबोधतो भवेत् ७६ अनर्गला सुषुम्ना च
हठसिद्धिश्च जायते

या कैवल्यहेतुत्वमाह कुंभकादिति कुंभकात् कुंभकाभ्यासात् कुंडली आधारशक्तिस्तस्याः
बोधो निद्राभंगो भवेत् कुंडल्याः बोधः कुंडलीबोधः तस्मात्कुंडलीबोधतः सुषुम्ना मध्यनाडी
अनर्गला कफाद्यर्गलरहिता भवेत् हठस्य हठाभ्यासस्य सिद्धिः प्रत्याहारादिपरंपरया
कैवल्यरूपा सिद्धिर्जायते

५६ हठयोगराजयोगसाधनयोः परस्परोपकार्योपकारकत्वमाह हठंविनेति हठंहठयोगं
विनाराजयोगः नसिध्यति राजयोगंविनाहठोनसिध्यति ततः यावोन्यतर
स्यसिद्धिर्नास्तितस्मात् निष्पत्तिंराजयोगसिद्धिमामर्यादीकृत्यैत्यानिष्पत्तितस्याः राज
योगसिद्धिपर्यंतंयुग्मंहठयोगराजयोगद्वंद्वंसम्यक्सेतत्अनुतिष्ठेत हठातिक्रेसा १४

हठंविनाराजयोगोराजयोगंविनाहठः नसिध्यतिततोयुग्ममानिष्पत्तेःसमभ्यसेत् ७८ म

क्षात्यंपरयावाराजयोगसाधनेत्रराजयोगशब्दः जीवनसाधनेलोगलेजीवनश
ब्दप्रयोगवत् राजयोगसाधनंचचतुर्थोपदेशेवक्ष्यमाणमुन्मनीशांभवीमुद्रादि
रूपं अपरोक्षानुभूत्यामुक्तंपंचदशांगरूपंच वाक्यसुधायामुक्तंदृश्यानुविद्धादि
रूपंच ७८

नयोगः संहननोपायध्यानसंगतिमुक्तिस्थितिकोष्ठाः ३

हठाभ्यासाद्राजयोगप्राप्तिप्रकारमाह कुंभकेति कुंभकेन प्राणस्य यो रोधस्तस्यांते मध्ये
चित्तमंतःकरणं निराश्रयं कुर्यात् संप्रज्ञातसमाधौ जातायामात्माकारवृत्तेः परवैरा ब्रह्म
ग्येण विलयं कुर्यादित्यर्थः एवमुक्तरीत्या अभ्यासस्य योगो युक्तिस्तेन राजयोगपदं राजयो
गात्मकं पदं व्रजेत्प्राप्नुयात् ७९ हठसिद्धिज्ञापकमाह वपुःकृशत्वमिति वपुषो देहस्य कृ
शत्वं कार्श्यं वदने मुखे प्रसन्नता प्रसादः नादस्य ध्वनेः स्फुटत्वं प्राकट्यं नयने नेत्रे सुष्ठु नि
र्मले

कुंभकप्राणरोधांते कुर्याच्चित्तं निराश्रयं एवमभ्यासयोगेन राजयोगपदं
व्रजेत् ७९ वपुःकृशत्वं वदने प्रसन्नता नादस्फुटत्वं नयने सुनिर्मले॥
आरोगता बिंदुजयोऽग्निदीपनं नाडीविशुद्धिर्हठसिद्धिलक्षणं ८०॥

अरोगस्य भावो रोगता आरोग्यं बिंदोर्वीर्यस्य जयः क्षयाभावरूपः अग्नेर्जठरस्य दीप
नं दीप्तिः नाडीनां विशेषेण शुद्धिर्मलापगमः एतत् हठस्य हठाभ्याससिद्धेर्भावि
ष्यल्लक्ष्यते ज्ञायतेऽनेनेति लक्षणं ज्ञापकं॥ इति श्रीहठप्रदीपिकाव्याख्यायां ज्योत्स्नाभि
धायां ब्रह्मानंदकृतायां द्वितीयोपदेशः॥ ॥

अथ कुंडल्याः सर्वयोग[illegible] आधारत्वमाह सशैलेति शैलाश्च वनानि च शैलवनानि
तैः सह वर्तमानाः सशैलवनाः ताश्च ताः धात्र्यश्च भूमयः तासां धात्र्याः एकत्वेपि देशभे
दादेकमादाय बहुवचनं अहीनां सर्पाणां नायको नेता अहिनायकः शेषो यथा यद्वत्
आधारः आश्रयः तथा तद्वत् सर्वेषां योगस्य तंत्राणि योगतंत्राणि योगोपायास्तेषां कुं

सशैलवनधात्रीणां यथाधारोहिनायकः सर्वेषां योगतंत्राणां तथाधारो हि
कुंडली १ सुप्ता गुरुप्रसादेन यदा जागर्ति कुंडली तदा सर्वाणि पद्मानि भि
द्यंते ग्रंथयोपि च २

डली आधार इति शेषः कुंडलीबोधं विना सर्वयोगोपायानां वैयर्थ्यादिति भावः १
कुंडलीबोधस्य फलमाह द्वाभ्यां सुप्तेति सुप्ता कुंडली गुरोः प्रसादेन यदा जागर्ति बुध्य
ते तदा सर्वाणि पद्मानि षट्चक्राणि भिद्यंते भिन्नानि भवंति ग्रंथयोपि च ब्रह्मग्रं
थि विष्णुग्रंथिरुद्रग्रंथयः भिद्यंते भेदं प्राप्नुवंतीत्यन्वयः २

प्राणस्येति तदा शून्यपदवी सुषुम्णा प्राणस्य वायोः राज्ञां पंथाः राजपथं राजपथमि
वाचरति राजपथायते राजमार्गायते सुखेन गमनसंभवात् तदा चित्तं आलंबमालम्
यस्तस्मान्निर्गतं निरालंबं निर्विषयं भवति तदा कालस्य मृत्योर्वंचनं प्रतारणं भवति २
सुषुम्णापर्यायानाह सुषुम्णेति इत्युक्ताः शब्दाः एकस्य एकार्थस्य वाचकाः एकवा

प्राणस्य शून्यपदवी तदा राजपथायते तदा चित्तं निरालंबं तदा कालस्य वंचनं ३
सुषुम्णा शून्यपदवी ब्रह्मरंध्रं महापथः स्मशानं शांभवी मध्यमार्गश्चेत्येकवाचकाः ४
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन प्रबोधयितुमीश्वरीं ब्रह्मद्वारमुखे सुप्तां मुद्राभ्यासं समाचरेत् ५

चकाः पर्यायाः स्युरर्थः स्पष्टः श्लोकार्थः ४ तस्मादिति यस्मात्कुंडलीबोधेनैव षट्
चक्रभेदादिकं भवति तस्मात् सर्वप्रयत्नेन सर्वेणाप्रयत्नेन ब्रह्म सच्चिदानंदलक्षणं
तस्य द्वारं प्राप्त्युपायः सुषुम्णा तस्य मुखे अग्रभागे सुखेन सुषुम्णाद्वारं पिधाय सु
प्तां ईश्वरीं कुंडलीं प्रबोधयितुं प्रकर्षेण बोधयितुं मुद्राणां महामुद्रादीनां अभ्यासं आवृ
त्तिं समाचरेत् सम्यगाचरेत् ५

५८ मुद्राउद्दिशति महामुद्रेत्यादिना सार्द्धेन सार्द्धपद्यं स्पष्टः मुद्राफलमाह सार्द्धद्वाभ्यां
इदमिति इदमुक्तं मुद्राणां दशकं जराचमरणंचजरामरणंतयोर्नाशनं निवा
रकं आदिनाथेनशंभुनाउदितंकथितं दिव्यंसर्वदिव्यं उत्तमं अष्टौचतानिऐ
श्वर्याणिच अष्टैश्वर्याणि अणिमामहिमागरिमालघिमाप्राप्तिप्राकाम्यं ईशताव
महामुद्रामहाबंधोमहावेधश्चखेचरी उड्यानंमूलबंधश्चबंधोजालंध
राभिधः ६ करणीविपरीताख्यावज्रोलीशक्तिचालनं इदंहिमुद्रादशकं
जरामरणनाशनं ७ आदिनाथोदितंदिव्यमष्टैश्वर्यप्रदायकं वल्लभंस
र्वसिद्धानांदुर्लभंमरुतामपि ८ गोपनीयंप्रयत्नेनयथारत्नकरंडकं कस्य
चिन्नैववक्तव्यंकुलस्त्रीसुरतंयथा ९
शिताख्यानि तत्राणिमासंकल्पमात्रेणप्रकृत्यपगमेपरमाणुवद्देहस्य सूक्ष्मताभ
हिमाप्रकृत्यापूरणाकाशादिवन्महद्भावः २ गरिमालघुतरस्यापितूलादेःपर्वतादि

बहुरूभावः ३ लघिमा गुरुतरस्यापि पर्वतादेस्तूलादिवल्लघुभावः ४ प्राप्तिः सर्वभावसा
न्निध्यं यथा भूमिस्थस्य अंगुल्यग्रेण स्पृशति चंद्रमसं ५ प्राकाम्यमिच्छानभिघातः यथा
उदक इव भूमौ निमज्जत्युन्मज्जति च ६ ईशिता भूतभौतिकानां प्रभवाप्ययसंस्थानवि
शेषसामर्थ्यं ७ वशित्वं भूतभौतिकानां स्वाधीनीकरणं ८ तेषां प्रदायकं प्रकर्षेण
धानं ५ ददाति सर्वे च ते सिद्धाश्च कपिलादयस्तेषां वल्लभं प्रियं महत्त्वं देवानामपि दुर्लभं दुः
साध्यं किमुतान्येषामित्यर्थः ८ गोपनीयमिति प्रयत्नेन प्रकृष्टेन यत्नेन गोपनी
यं गोपनार्हं गोपने दृष्टांतमाह यथेति रत्नानां हीरकादीनां करंडकं रत्नकरंडकं
यथा येन प्रकारेण गोप्यते तद्वत् कस्यापि जनमात्रस्य यद्वा कस्यापि ब्राह्मणस्यापि
नैव वक्तव्यं नैव वाच्यं किमुतान्यस्य तत्र दृष्टांतः कुलस्त्रियः सुरतं कुलस्त्रीसुरतं स
मनं यथा तद्वत् ९ गुरुशुश्रूषया नो द्रष्टव्यं महागुह्यं तावदाह पादमूलेनेति
वामेन सव्येन पादस्य मूलं पादमूलं पार्ष्णिः तेन पादमूलेन वामपादपार्ष्णिनेत्यर्थः

दो

५८ योनिं योनिस्थानं गुदमेढ्रयोर्मध्यभागं संपीड्य आकुंचितवामपादपार्ष्णिना यो
निस्थाने दृढं संयोज्येत्यर्थः दक्षिणां सव्येतरं पदं चरणं प्रसारितं भूमिसंलग्नपार्ष्णि ग्न
कं ऊर्ध्वांगुलिकं दंडवत्कृत्वा कराभ्यां तत्प्रपादौ आकुंचितकरतर्जनीभ्यां दृढं गा
ढं धारयेत् अंगुष्ठप्रदेशे गृह्णीयात् १० कंठ इति कंठे कंठदेशे बंधं बंधनं सम्यक्
आरोप्य कृत्वा जालंधरबंधं कृत्वेत्यर्थः वायुं पवनं ऊर्ध्वतः उपरि सुषुम्नायां धा
रयेत्

अथ महामुद्रा पादमूलेन वामेन योनिं संपीड्य दक्षिणं प्रसारितं पदं
कृत्वा कराभ्यां धारयेद्दृढं १० कंठे बंधं समारोप्य धारयेद्वायुमूर्ध्वतः
यथा दंडहतः सर्पो दंडाकारः प्रजायते ऋज्वीभूता तथा शक्तिः कुंडली सहसा भवेत्

पी१ अनेन मूलबंधः सूचितः स तु योनिसंडनेन जालंधरबंधेन चारितार्थ इति सांप्रदायि विं
कोः यथा दंडेन हतस्ताडितो दंडहतः सर्पः कुंडली दंडाकारः दंडस्याकार इवाकारो
यस्य सः तादृशः कुंडलीकारं त्यक्त्वा सरल इत्यर्थः प्रजायते भवति तथा कुं ५८

ष्णायां प्रविष्टे प्राणे द्वयोः पुटयोः प्राणावियोगात् ॥१२

ण्डली आधारशक्तिः सहसा शीघ्रमेव ऋ ऋज्वी अनृज्वी ऋज्वी संपद्यते अनृजुभूता ऋज्वीभूता स
रला भवेत् द्विपुटे इडापिंगले आश्रयो यस्याः सा मरणावस्था जायते कुंडलीबोधे सति सुषुम्णा^
ततस्तदनंतरं शनैः शनैरेव रेचयेत् वायुमिति संबध्यते वेगतस्तु वेगात्तु न रेचयेत् (ख
ल्विति वाक्यालंकारे इयं महामुद्रा महासिद्धैरादिनाथादिभिः प्रदर्शिता प्रकर्षेणादर्शि

तदा सा मरणावस्था जायते द्विपुटाश्रया ॥१२ ततः शनैः शनैरेव रेचयेन्न
तु वेगतः इयं खलु महामुद्रा महासिद्धैः प्रदर्शिता ॥१३ महाक्लेशादयो
दोषाः क्षीयंते मरणादयः महामुद्रां च तेनैव वदंति विबुधोत्तमाः ॥१४

ता ॥१३ महामुद्राया अन्वर्थनामाह महाक्लेशेति महांतश्च ते क्लेशाश्च महाक्लेशा अ
विद्यास्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः पंच ते आदयो येषां तत्कार्याणां शोकमोहादी
नां ते दोषाः क्षीयंते मरणमादिर्येषां जरादीनां ते विक्षीयंते नश्यंति यतः तेनैव हे
तुना विशिष्टा बुधा विबुधाः तेषु उत्तमा विबुधोत्तमाः महामुद्रां वदंति महाक्लेशान्

वेगतो रेचने बलक्षयप्रसंगात् २

६० नरस्तां दीक्षादोषान्सूदयति नाशयतीति महामुद्रेति बुधैरुत्पन्नेरित्यर्थः २५ महामुद्रा
भ्यासक्रममाह चंद्रांगे इति चंद्रेण चंद्रनाड्योपलक्षितमंगं चंद्रांगं तस्मिन्चंद्रांगे वामांगे
तु शब्दः पादपूरणे सम्यगभ्यस्य सूर्येण पिंगलयोपलक्षितमंगं सूर्यांगं तस्मिन्सूर्यांगे
दक्षांगे पुनः वामांगाभ्यासानंतरं यावत् यावत्कालपर्यंतं तुल्या वामांगे कुंभकाभ्यास
संख्यासमा संख्या भवेत्तावदभ्यसेत् ततः संख्यासाम्यानंतरं मुद्रां महामुद्रां विसर्जयेत्

चंद्रांगे तु समभ्यस्य सूर्यांगे पुनरभ्यसेत् यावत्तुल्या भवेत्संख्या ततो मुद्रां विस
र्जयेत् २५

अत्राद्यं क्रमः आकुंचितवामपादपार्ष्णिं योनिस्थाने संयोज्य प्रसारितदक्षिणपादांगु
ष्ठमाकुंचिततर्जनीभ्यां गृहीत्वाभ्यासो वामांगेभ्यासः अस्मिन्नभ्यासे पूरितो वायु
र्वामांगे तिष्ठति आकुंचितदक्षपादपार्ष्णिं योनिस्थाने नियोज्य प्रसारितवामपादां
गुष्ठमाकुंचिततर्जनीभ्यां गृहीत्वाभ्यासो दक्षांगेभ्यासः अस्मिन्नभ्यासे पूरितो
वायुर्दक्षांगे तिष्ठति २५ ६०

गुणाः महामुद्रांनाह त्रिभिः नहीति हि यस्मात् महामुद्राभ्यासिन इत्यध्याहारः पथ्यं न अपथ्यं वा न पथ्यापथ्यविचारो नास्तीत्यर्थः तस्मात्सर्वे भुक्ताः रसाः कट्वम्लादयः जीर्यन्ते इति विभक्तिविपरिणामेनान्वयः नीरसाः निर्गतो रसो येभ्यस्ते यातयामाः पदार्थाः जीर्यन्ते घोरं मारकं दुर्जरं भुक्तं अत्तं विषं क्ष्वेडं अपि पीयूषम् इवामृतम् इव जीर्यति जीर्णं भवति ॥

नहि पथ्यमपथ्यं वा रसाः सर्वेऽपि नीरसाः अपि भुक्तं विषं घोरं पीयूषमिव जीर्यति १६ क्षयकुष्ठगुदावर्तगुल्माजीर्णपुरोगमाः तस्य दोषाः क्षयं यान्ति महामुद्रां तु योऽभ्यसेत् १७

किमुतान्यदिति भावः १६ यः पुमान् महामुद्रां अभ्यसेत् तस्य क्षयो राजरोगः कुष्ठं गुदावर्तगुल्मा रोगविशेषाः अजीर्णं भुक्तान्नापरिपाकः तानि पुरोगमान्यग्रेसराणि येषां मेहोदरज्वरादीनां ते तथा तादृशाः दोषाः दोषजनिता रोगाः क्षयं नाशं यान्ति प्राप्नुवन्ति ॥ १७

महामुद्रामुपसंहरन्तस्या गोप्यत्वमाह कथितेति इयं एषा महामुद्रा कथिता उक्ता मये
ति शेषः कीदृशी नृणां मनुष्याणां महत्यश्च ताः सिद्धयश्चाणिमाद्यास्ताः क
रोति कर्त्री इयं प्रकृष्टो यत्नः प्रयत्नः तेन प्रयत्नेन गोपनीया गोपनार्हा यस्य कस्यचित्
यस्य कस्यापि अनधिकारिणः संबंध सामान्ये षष्ठी न देया दातुं योग्या न भवतीत्यर्थः १८

कथितेयं महामुद्रा महासिद्धिकरी नृणां गोपनीया प्रयत्नेन न देया यस्य क
स्यचित् १८ अथ महाबंधः पार्ष्णिं वामस्य पादस्य योनिस्थाने नियोजये
त् वामोरूपरि संस्थाप्य दक्षिणं चरणं तथा १९

महाबंधमाह पार्ष्णिमिति वामस्य सव्यस्य पादस्य चरणस्य पार्ष्णिं गुल्फयोरधोभागं यो
निस्थाने गुदमेढ्रयोरंतराले तद्ग्रंथी घुटिके गुल्फौ पुमान् पार्ष्णिस्तयोरधः इत्यमरः नि
योजयेत् नितरां योजयेत् वामः सव्यो य ऊरुस्तस्य उपरि दक्षिणं चरणं पादं संस्थाप्य स
म्यक् स्थापयित्वा तथाशब्दः पादपूरणे १९

रयित्वेति ततः तदनंतरं वायुं पूरयित्वा हृदये चिबुकं दृढं निःपीड्य गाढं संस्थाप्य ए
तेन जालंधरबंधः प्रोक्तः योनिं गुदमेढ्रयोरंतरं आकुंच्य यत्नेन मूलबंधः तु जिह्वाबं
धेन गृहीतार्थत्वान्न कर्तव्यः मनः स्वांते मध्ये मध्यनाड्यां नियोजयेत् प्रबोधयेत् २०
धारयित्वेति शक्तिमनतिक्रमस्य यथाशक्ति धारयित्वा कुंभयित्वा शनैः मंदं मंदं अनिले

रयित्वा ततो वायुं हृदये चिबुकं दृढं निःपीड्य योनिमाकुंच्य मनो मध्ये नियोजयेत् २१
धारयित्वा यथाशक्ति रेचयेदनिलं शनैः सव्यांगे तु समभ्यस्य दक्षांगे पुनरभ्यसेत् २१
मतं मत्तु केषांचित्कंठबंधं विवर्जयेत् राजदंतस्य जिह्वायां बंधः शस्तो भवेदिति २२

पूरयेद्रेचयेत् सव्यांगे वामांगे समभ्यस्य सम्यगावर्त्य दक्षांगे दक्षिणांगे पुनः यावत्तुल्या भवे
त्संख्या तावदभ्यसेत् २१ अथ जालंधरबंधे कंठसंकोचनस्य अनुपयोगमाह मतमिति केषां
चित्तु आचार्याणां इदं मतं किंतदित्याह अत्र जालंधरबंधे कंठबंधं कंठस्य बंधनं बंधः सं
कोचस्तं विवर्जयेत् विशेषेण वर्जयेत् कुत यतः दंतानां राजानो राजदंताः राजदंतेषु तिष्ठ
तीति राजदंतस्या साचासौ जिह्वा च तस्याः राजदंतस्य जिह्वायां बंधः तदुपरिभागस्य संबं
राजदंतमध्यस्या१

सुषुम्णातिरिक्तानां २

६२ धः शस्तः कंठाकुंचनापेक्षया प्रशस्तो भवेत् इतिहेतोः २२ अयंत्विति अयं तु शंगदंतस्य
जिह्वाबंधस्तु सर्वासामानाद्यस्य सर्वनाड्यः द्वासप्ततिसहस्रसंख्याकाः तासां ऊर्ध्वं
७२ परिवायोर्गतिरूर्ध्वगतिः तस्या निरोधकः प्रतिबंधकः एतेन बद्धाति हि शिरोजालमिति
जालंधरोक्तं फलमनेनैव सिद्धमिति सूचितं महाबंधस्य फलमाह अयं खल्विति

अयं तु सर्वनाडीनामूर्ध्वगतिनिरोधकः अयं खलु महाबंधो महासिद्धिप्रदा
यकः २३ कालपाशमहाबंधविमोचनविचक्षणः त्रिवेणीसंगमं ध
त्ते केदारं प्रापयेन्मनः २४

ति अयमुक्तः खलु प्रसिद्धः महाबंधः महासिद्धीः प्रकर्षेण ददातीति तथा कालस्य मृत्योः पाशाः बागुरा तेन यो महाबंधः बंधनं तस्य विश्लेषणे मोचने मोक्षणे वि
चक्षणः प्रवीणः तिसृणां नदीनां वेणी समुदायः स एव संगमः प्रयागः तं धत्ते विध
त्ते केदारं भ्रुवोर्मध्ये शिवस्थानं केदारशब्दवाच्यं तं मनः स्वांतं प्रापयेत् गतिबुद्धी
त्यादिना अणौ कर्तुर्मनसः णौ कर्मत्वं ॥ २४ ६२

महावेधं वक्तुकामस्तस्योत्कर्षं नावदाह रूपेति रूपं सौंदर्यं चक्षुःप्रियो गुणः लावण्यं
कांतिविशेषः तदुक्तं मुक्ताफलेषु छायायास्तरलत्वमिवांतरा प्रतिभाति यदंगेषु तल्लाव
ण्यमिहोच्यते इति ताभ्यां संपन्ना विशिष्टा स्त्री युवती पुरुषं भर्तारं विना यथा वै
निःफला तथा महामुद्रा च महाबंधश्च तौ वेधेन महावेधेन विना निष्फलौ स्यातां पूर्वोत्तर

रूपलावण्यसंपन्ना यथा स्त्री पुरुषं विना महामुद्रामहाबंधौ निष्फलौ वेधवर्जि
तौ २५ अथ महावेधः महाबंधस्थितो योगी कृत्वा पूरकमेकधीः वायूनां ग
तिमावृत्य निभृतं कंठमुद्रया २६

पदयोर्लोपो वक्तव्य इति भाष्यकारोक्तेर्निरुद्धस्य लोपः वर्जितौ रहितौ निष्फलौ व्यर्थौ
विस्पष्टः २५ महावेधमाह महाबंधेति महाबंधे महाबंधमुद्रायां स्थितो महाबंधस्थि
तः एका एकाग्रा धीर्यस्य सः एकधीः योगी योगाभ्यासी पूरकं नासापुटाभ्यां वायोर्ग्र
हणं कृत्वा कंठमुद्रा कंठमुद्रा तया जालंधरमुद्रया वायूनां प्राणादीनां गतिमूर्ध्वाधो
गमनादिरूपां निभृतं निश्चलं यथा भवति तथा आवृत्य निरुध्य कुंभकं कृत्वेत्यर्थः २६

६३ समहस्तेति भूमौ भुवि हस्तयोर्युगं हस्तयुगं समं हस्तयुगं यस्य सः समहस्तयुगः भूमि
संलग्नतलौ सरलौ हस्तौ यस्य तादृशः सन्नित्यर्थः स्फिचौ कटिप्रोथौ स्त्रियां स्फिचौ क
टिप्रोथौ इत्यमरः भूमिसंलग्नतलयोर्हस्तयोरवलंबनेन योनिस्थानसंलग्न पार्ष्णि
ना वामपादेन सह भूमेः किंचिदुत्थापितौ शनैः मंदं संताडयेत्तस्य कृ ताडयेदूर्ध्वमाव
व समहस्तयुगो भूमौ स्फिचौ संताडयेच्छनैः पुटद्वयमतिक्रम्य वायुः स्फुरति र
मध्यगः २७ सोमसूर्याग्निसंबंधो जायते चामृताय वै मृतावस्था समुत्पन्ना
ततो वायुं विरेचयेत् [illegible]

पुटयोर्द्वयं इडापिंगलयोर्युग्ममतिक्रम्य उल्लंघ्य मध्ये सुषुम्णायां मध्यग सुषुम्नामध्यगः नि
वायुः स्फुरति २७ सोमश्च सूर्यश्च अग्निश्च सोमसूर्याग्नयः सोमसूर्याग्निशब्दैस्तदधिष्ठि
ता नाड्य इडापिंगलासुषुम्णा ग्राह्याः तेषां संबंधः तद्वायुसंबंधात्तेषां संबंधः अमृ
ताय मोक्षाय जायते वै इति निश्चयेऽव्ययं मृतस्य प्राणवियुक्तस्यावस्थावस्था
समुत्पन्ना भवति इडापिंगलयोः प्राणसंचाराभावात् ततः तदनंतरं वायुं विरेचये
त् नासिकापुटाभ्यां शनैस्त्यजेत् २८

महावेध इति अयं महावेधः अभ्यासात्पुनः पुनरावर्त्तनात् महासिद्धयः अणिमाद्यास्ता
सां प्रदायकः प्रकर्षेण समर्पकः वलीजरया देहचर्मसंकोचः पलितं जरसा केशशु
क्लं वेपः कंपः तान् हंतीति वलीपलितवेपघ्नः अत एव साधकेषु अभ्यासिषु उत्त
माः साधकोत्तमास्तैः सेव्यते अभ्यस्यत इत्यर्थः २९ महामुद्रादीनां तिसृणामतिगो

महावेधोयमभ्यासान्महासिद्धिप्रदायकः वलीपलितवेपघ्नः सेव्यते साध
कोत्तमैः २९ एतत्त्रयं महागुह्यं जरामृत्युविनाशनं वह्निवृद्धिकरं चैव ह्य
णिमादिगुणप्रदं

प्यत्वमाह एतदिति एतत्त्रयं महामुद्रादित्रयं महागुह्यं अतिरहस्यं अत्र हेतुगर्भितानि विशेष
णानि हि यस्मात् जरा वार्द्धकं मृत्युः मरणः प्राणदेहवियोगः तयोर्विशेषेण नाशनं वह्नेर्जठ
रस्य वृद्धिर्दीप्तिस्तस्याः कारकं कर्तृ अणिमाद्याः सिद्धयो अणिमादयः ते च ते गुणाश्च तान्प्र
कर्षेण ददातीति अणिमादिगुणप्रदं चकारस्त्वातेऽपबिंदुजयादिसमुच्चयार्थः एवकारो विधा
रणार्थः ३०

सदा सर्वदा

अकेनत्वमस्य एतच्च कसाधनमितित्वगताद् अभ्यासेति दिने दिने प्रतिदिनं यामे [illegible]
२ पौनःपुन्ये द्विर्वचनं अभ्यासभिः प्रकारैरभ्यासो क्रियते चक्रोद्दीपविशेष एव शादौ वेधारे
रो एतत्त्वाभिमन्त्रा विसंवुध्यते कीदृशं पुण्यसंभारः समूहस्तं संधायि विधा स
यि पुनः कीदृशी पापानामोघः समूह इति पावर तस्य भिदुरं कुलिशमिव ना

अभ्यासात्क्रियते चैवं यामेयामे दिने दिने पुण्यसंभारसंधायि पापौघभिदुरं सदा ३१
सम्यक्शिक्षावतामेवं स्वल्पं प्रथमसाधनं अथ खेचरी कपालकुहरे जिह्वा प्र
विष्टा विपरीतगा भ्रुवोरंतर्गता दृष्टिर्मुद्रा भवति खेचरी ३२

ज्ञानं स सदा सर्वदा यदाभ्यस्तं तदैव पापज्ञानं सम्यक् सांप्रदायिकी शिक्षा गुरूपदेशो वि
द्यते येषां तेषामेवं दिने दिने यामे यामे अभ्यासेन करीत्या प्रथमं पूर्वं साधनं स्वल्पं स्वल्पमे
साधनं वकार्थं खेचरीं विवक्षुः रादौ तत्स्वरूपमाह कपालेति कपाले मूर्द्धि कुहरं
शुषिरं तस्मिन्कपालकुहरे विपरीतं प्रतीपं गच्छतीति विपरीतगा परावृत्ता सती जि
ह्वा रसना स्यात् भ्रुवोरंतर्गता भ्रुवोर्मध्ये प्रविष्टा दृष्टिर्दर्शनं स्यात् सा खेचरी मुद्रा भ

वति कपालकुहरे जिह्वाप्रवेशरूपं कं भ्रुवोरन्तर्दर्शनं खेचरी । तल्लक्षणसिद्धं १ खेचरीसि
द्धिलक्षणमाह छेदनेति छेदनं वक्ष्यमाणं चालनं हस्तयोरंगुष्ठतर्जनीभ्यां र
सनां गृहीत्वा सव्यापसव्यतः परिवर्तनं दोहः करयोरंगुष्ठतर्जनीभ्यां गोदोहनवद्दोह
नं तैः कलां जिह्वां तावत्प्रवर्द्धयेत् दीर्घां कुर्यात् तावत्किंयत् यावत्सा कला भ्रूमध्यं
नदा५ हि भ्रुवोर्मध्यं स्पृशति यदा खेचर्याः सिद्धिः खेचरीसिद्धिर्भवति २ तत्साधनमाह

छेदनचालनदोहैः कलां क्रमेण वर्द्धयेत्तावत् सा यावद्भ्रूमध्यं स्पृशति तदा
खेचरीसिद्धिः ३३ स्नुहीपत्रनिभं शस्त्रं सुतीक्ष्णं स्निग्धनिर्मलं समादा
य ततस्तेन रोममात्रं समुच्छिनेत् ३४

स्नुहीति स्नुही गुडा तस्याः पत्रं दलं स्नुहीपत्रं स्नुहीपत्रेण सदृशं स्नुहीपत्रनिभं
सुतीक्ष्णं अतितीक्ष्णं स्निग्धं च तन्निर्मलं च स्निग्धनिर्मलं शस्त्रं छेदनसाधनं समा
दाय सम्यग्गृहीत्वा ततः शस्त्रग्रहणानन्तरं तेन शस्त्रेण रोमप्रमाणं रोममात्रं
समुच्छिनेत् सम्यगुच्छिनेत् छिद्यात् रसनामूलशिरां निति कलीध्याहारः सिन्धुथ्य

ततश्छेदनानंतरं १

६४ पत्रसदृशो वज्रद्रुस्नुक्स्त्री स्नुही गुडा इत्यमरः ३५ ततश्छित्वा चूर्णिताभ्यां चूर्णीकृताभ्यां
सैंधवं सिंधुदेशोद्भवं लवणं पथ्या हरीतकी ताभ्यां प्रघर्षयेत् प्रकर्षेण घर्षयेत् छिन्नं
स्थितप्रदेशं सप्तदिनपर्यंतं छेदने सैंधवपथ्याभ्यां घर्षणे च सायंप्रातर्विधेये था
गाभ्यासिनो लवणनिषेधात् केवलं पथ्याचूर्णं ग्राह्यं इति मूले सैंधवोक्तिस्तु हठा
भ्यासात्पूर्वं खेचरीसाधनाभिप्रायेण सप्तमे दिने एतदाहारः सप्तदिनं तस्मिन् ना
ततः सैंधवपथ्याभ्यां चूर्णिताभ्यां प्रघर्षयेत् पुनः सप्तदिने प्राप्ते रोममात्रं समुच्छि
नेत् ६ ३६ एवंक्रमेण षण्मासं नित्ययुक्तः समाचरेत् षण्मासाद्रसना
मूलशिराबंधः प्रणश्यति ३७
प्राप्ते गते सति अष्टमे दिने इत्यर्थात् ये प्राप्यर्थास्तेन तस्यार्थाः पुनः पूर्वछेदनापेक्षयाधि
क रोममात्रं समुच्छिनेत् ३६ एवमिति एवंक्रमेण पूर्वं रोममात्रं छेदनं सप्तदिनपर्यंतं ना
वदेव सायंप्रातर्घर्षणं छेदने घर्षणं च युक्तः क्रमेण षण्मासं [illegible] पर्यंतं नित्यं
युक्तः सन् समाचरेत् साभ्यसनाचरेत् छेदनघर्षणे इति कर्माध्याहारः षण्मासादनंतरं
२ अष्टमे दिने अधिकछेदनमि २ ६५

रसना जिह्वा तस्याः मूलं रसनामूलं तत्र या शिरा कपालकुहरे रसनासंयोगे प्रति
बंधकी मूर्त्ता नाडी तस्या बंधः बंधनं प्रथमं छेदनं प्रकर्षेण छेदनं ३७ छेदनादिना जि
ह्वायाः दैर्घ्यं कर्त्तव्यं तदाह कलामिति कलां जिह्वां परां कुर्यात् अग्रभागस्थां तथा तां परां
खीं प्रत्यङ्मुखीं कृत्वा तिस्रस्तासां नाडीनां पथाः त्रिपथस्तस्मिन् त्रिपथे कपालकुहरे
कलां परां मुखीं कृत्वा त्रिपथे परियोजयेत् सा भवेत्खेचरी मुद्रा व्योमचक्रं त
दुच्यते ३८ रसनामूर्ध्वगां कृत्वा क्षणार्द्धमपि तिष्ठति विषैर्विमुच्यते यो
गी व्याधिमृत्युजरादिभिः ३९
रियोजयेत्संयोजयेत् सा त्रिपथे रसनापरियोजनरूपा खेचरी मुद्रा तत् व्योमचक्रमित्यु
च्यते व्योमचक्रशब्देनोच्यते ३८ अथ खेचरीगुणाः रसनामिति ऊर्ध्वं तालूपरि विव
रं गच्छतीत्यूर्ध्वगा तां तादृशीं रसनां जिह्वां कृत्वा क्षणार्धं क्षणस्य मुहूर्तस्यार्धं [illegible] क्षणा
र्द्धघटिकामात्रमपि खेचरी मुद्रां निष्ठतीति चेत् तर्हि योगी विषैः सर्पवृश्चिकादिविषैः वि
मुच्यते विशेषेण मुच्यते व्याधिर्धातुवैषम्यं मृत्युः प्राणदेहवियोगः जरा वृद्धाव

६६ स्यानाः श्वासादयो ये ग्रीवादल्यादीनां नैम्ब्य विमुच्यते उत्तवे च प्रकोष्ठे च मुहूर्तेन लियमेन तथा क्ष
णार्द्धो व्यवस्थापयेत्समयेपि निरुद्यत इति तात्पर्यः ३९ न रोग इति पः खेचरीं मुद्रां वेत्ति
तस्य रोगो न मरणं न तन्द्रा आलस्यं तानसीतः करणवृत्तिविशेषः न निद्रा न क्षुधा न तृषा पिपा
सा ४ सा न च मूर्छा चित्तस्य तमः प्रधानावस्थाविशेषश्च न भवेत् पीड्यत इति पः खेचरीं मुद्रां
न रोगो मरणं तन्द्रा न निद्रा न क्षुधा तृषा न च मूर्छा भवेत्तस्य यो मुद्रां वेत्ति खेचरीं ४० पी
ड्यते न स रोगेण लिप्यते न च कर्मणा बाध्यते न स कालेन यो मुद्रां वेत्ति खेचरीं ४१
चित्तं चरति खे यस्माज्जिह्वा चरति खे गता तेनैषा खेचरी नाम मुद्रा सिद्धैर्निरूपिता ४२
वेत्ति स रोगेण ज्वरादिना न पीड्यते प्रमादज्ञातेनाशुभेन कर्मणा लोकसंग्रहार्थकृतेन
शुभेन च कर्मणा न लिप्यते कालेन मृत्युना सः न बाध्यते न हन्यते ४१ चित्तमिति यस्मा च
द्धेतोः चित्तं मनः अन्तःकरणं खे भ्रुवोरन्तरवकाशे चरति जिह्वा खे तत्रैव गता सती चरति
तेन हेतुना एषा कथिता मुद्रा खेचरी नाम खेचरीति प्रसिद्धा नामेति प्रसिद्धं अव्ययं
सिद्धैः कपिलादिभिर्निरूपिता खे भ्रुवोरन्तरव्योम्नि चरति गच्छतीति चित्तं जिह्वा च यस्या
व सा खेचरी तत्र येऽत्र तत्या बुद्ध्यादिना उक्तेषु त्रिषु श्लोकेषु भ्रूमध्यादीनां उक्तत्वात् इति ६६
स्तुते चाश्लोकानां संग्रहीतत्वान्नोदाहृतं ४२

खेचर्येति येन योगिना खेचर्या मुद्रया लंबिकाया ऊर्ध्वं इति लंबिकोर्ध्वतः सार्वविभक्तिकस्तसिः लंबिकाया उपरीत्यर्थः उपरिभागस्थितं विवरं छिद्रं मुद्रितं पिहितं कामिन्या युवत्या आश्लिष्टस्य आलिंगितस्यापि चेरादोर्ष्यपि तस्य बिंदुः वीर्यं न क्षरते न स्खलति ४२ चलित इति चलितोपि स्खलितोपि बिंदुः यदा

खेचर्या मुद्रितं येन विवरं लंबिकोर्ध्वतः न तस्य क्षरते बिंदुः कामिन्या
श्लेषितस्य च ४३ चलितोपि यदा बिंदुः संप्राप्तो योनिमंडलं व्रजत्यू
पो २ र्ध्वं हृतः शक्त्या निबद्धो योनिमुद्रया ४४

यस्मिन्काले योनिमंडलं योनिस्थानं संप्राप्तः संगतः तदैव योनिमुद्रया मेढ्राकुंचनरूपया एतेन वज्रोलीमुद्रा सूचिता निबद्धः नितरां बद्धः शक्त्या आकर्षणशक्त्या हृतः आकृष्टः ऊर्ध्वं व्रजति सुषुम्नानाडीद्वारा बिंदुस्थानं गच्छति ४४ ऊर्ध्वजिह्व इति ऊर्ध्वा लंबिकोर्ध्वविवराभिमुखा जिह्वा यस्य सः ऊर्ध्वजिह्वः स्थिरो निश्च

६७ लो भूत्वा सोमस्य लंबिकोर्ध्वविवरगलितचंद्रामृतस्य पानं सोमपानं यः पुमान्करो
ति योगं वेत्तीति योगवित् सः मासस्यार्द्धं मासार्द्धं तेन मासार्द्धेन पक्षेण मृत्युं मर
णं जयति अभिभवति न संदेहः निश्चितमेतदित्यर्थः ४५ नित्यमिति यस्य योगिनः
शरीरं नित्यं प्रतिदिनं सोमकलापूर्णं चंद्रकलामृतपूर्णं तक्षकेन सर्पविशेषेण

ऊर्ध्वजिह्वः स्थिरो भूत्वा सोमपानं करोति यः मासार्द्धेन न संदेहो मृत्युं ज
यति योगवित् ४५ नित्यं सोमकलापूर्णं शरीरं यस्य योगिनः। तक्षके
णापि दष्टस्य विषं तस्य न सर्पति ४६ इंधनानि यथा वह्निस्तैलवर्तिं च दी
पकः तथा सोमकलापूर्णं देही देहं न मुंचति ४७

पि दष्टस्य दंशितस्य योगिनः शरीरे विषं गरलं तज्जन्यदुःखं वा न सर्पति न प्रसरति ४६
यथा वह्निरग्निः इंधनानि काष्ठादीनि न मुंचति दीपको दीपः तैलवर्तिं च तैल
युक्तां वर्तिं न मुंचति तथा सोमकलापूर्णं चंद्रकलामृतापूर्णं देहं शरीरं देही
जीवो न मुंचति न त्यजति ४७ ६७

जो मांसमिति जो मांसं पाशिभोत्रिकं वक्ष्यमाणं यो भक्षयेत् नित्यं प्रतिदिनं अमर
वारुणीमपि वक्ष्यमाणां पिबेत् तं योगिनं अहमिति ग्रंथकारोक्तिः कुले जातः कुली
नः ते इतर लोलुपजना अन्ये नट केवलं वेषवर्ते कुलाचारं पितरो तेन धन्यो देशाः कुले वर्त
ते जो पनियोगवान् पत्रेदत्नमक्षये तां ब्रजेत् इद्धः संभावितः स्यात् ३ प्रकृत्यो विधि

जो मांसं भक्षयेन्नित्यं पिबेद्मद्यवारुणीं कुलीनं तमहं मन्ये इतरे कुलघातकाः ४८

कवान् भवकोटिशतोपात्तं पुनाति वृजिनं नृणामिति वुह्वाडुगतो ग्रहस्यानां सहस्रे
णावानपुस्यशतेन च ब्रह्मचारिसहस्रेण योगाभ्यासी विशिष्यते राजयोगे वा नदेवं प्रति
शिववाक्यं राजयोगस्य माहात्म्यं को विजानाति तत्त्वतः तज्ज्ञानी वसते यत्र स देशः पुण्यभा
जनं दर्शनात्स्पर्शनाद्स्य त्रिसप्तकुलसंयुताः अज्ञा मुक्तिपदं यान्ति किं पुनस्तत्परायणाः
अतयोगं बहिर्योगं यो जानाति विशेषतः त्वया मया प्यसौ वंद्यः शेषैर्वंद्यस्तु किं पुनः इति

६८ कुर्वंतु रसो एककाले द्विकाले वा त्रिकाले नित्यमेव वा ये भुंजते महापापेन ते विज्ञेया
स्ते नरक भ्रमरा इति इतरे वक्ष्यमाणा गोमांसभक्षणममरवारुणीपानरहिता स्तथा
जिन्हा सेकुलघातकाः कुलनाशकाः स्वकुले जाता न स्यात मानवो देवयोनि भवति ४८ गोमांस
शब्दार्थमाह गोशब्देनेति गोशब्देन गो इत्याकारकेन शब्देन गोपदेने त्यर्थः जिन्हारस
नाउदिता कथिता तालुनो निमानापिका आरसमता तालुमध्योर्ध्वविवर तस्माः जिन्हायाः प्रवे
जो शब्देनोदिता जिन्हा तत्प्रवेशो हि तालुनि गोमांसभक्षणं तत्तु महापा
तकनाशनं ४९ जिह्वाप्रवेशसंभूतवह्निनोत्पादितः खलु यश्चंद्रात् स्रवति
यः सारः स स्यादमरवारुणी ५०
टीः गोमांसभक्षणं गोमांसभक्षणशब्दवाच्यं तत्तु तादृशं गोमांसभक्षणं तु महापातका
नां स्वर्णस्तेयादीनां नाशनं ४९ अमरवारुणीशब्दार्थमाह जिह्वेति जिह्वायाः प्रवेशः ते
वे २ विकोर्ध्वविवरप्रवेशनं तस्मात्संभूतो जातो यो वह्निरूष्मा तेनोत्पादितो निष्पादितः ऊत्रवह्नि
शब्देनोष्मा उपलक्ष्यते यः सारः चंद्रात् भ्रूवोरंतर्वामभागस्थात्सोमात् स्रवति गलति सा
अमरवारुणी स्यात् अमरवारुणीपदवाच्या भवेत् ५० ६८

लुंबंतीति यदि चेत् लंबिकाग्रलंबिकोर्ध्वविवरं चुंबंती स्पर्शन्ती अनिशं निरंतरं अतएव
रसस्य सोमकलान्वितस्य स्यंदनं प्रस्रवणं अस्यामस्तीति रसस्यंदिनी अस्य जिह्वा
ग्रा रसालवणाः तेन सहिता सक्षारा कटुकं मरिचादि अम्लं चिंचाफलादि दुग्धप
यः तैः सदृशी समाना मधुक्षौद्रं आज्यं घृतं तैस्तुल्या समा तथा शब्दः सदृशवाचक
लुंबंती यदि लंबिकाग्रमनिशं जिह्वा रसस्यंदिनी सक्षारा कटुकाम्लदुग्धसदृ
शी मध्वाज्यतुल्या तथा व्याधीनां हरणं जरांतकरणं शस्त्रागमोदीर
णां तस्य स्यादमरत्वमष्टगुणितं सिद्धांगनाकर्षणं ५९
एतेनेति शोषशोषरसस्यानेकरसवत्त्वान्मधुरत्वात्स्निग्धत्वाच्च जिह्वायाः अविरतस्यंदनेन.
तर्हि तस्यात्वमुक्तं तस्य व्याधीनां रोगाणां हरणं अपगमः जरायाः वृद्धावस्थायाः अंतकरणं
नाशनं शस्त्राणां आयुधानां आगमः स्वाभिमुखागमनं तस्य उदीरणं निवारणं अ
ष्टगुणा अणिमादयः ते अस्य संजाता इति अष्टगुणितं अमरत्वं अमरभावः सिद्धाना
मंगनाः सिद्धांगनाः सिद्धाः पुरतो मंगना अप्सरसो वा तासां आकर्षणं आकर्षणशक्तिः स्यात्

५९
ला १

मूर्द्ध्नः सकाशात् ... वि

ऊर्ध्व इति रसनां जिह्वां विवरे कपालकुहरे नियम्य संयोज्य ऊर्ध्वमुत्तानमास्यं यस्य
सः ऊर्ध्वास्य इत्यनेन विपरीतकरणी सूचिता परां शक्तिं कुंडलिनीं चिंतयन् ध्यायन्सन्
प्राणात्साधनभूतात् षोडशपत्राणि दलानि यस्य तत् षोडशपत्रं तच्च तत्पद्मं च कं
ठस्थाने वर्तमानं तस्मिन् गलितं हठात् हठयोगाद् अवाप्तं प्राप्तं उत्कल्लोले उत्तरंगे च
तत्कलाजलं च सोमकलारसं विमलं निर्मलं धारामयं धारारूपं यः पुमान् पिबेत् योगी

ऊर्ध्वः षोडशपत्रपद्मगलितं प्राणादवाप्तं हठादूर्ध्वास्यो रसनां
नियम्य विवरे शक्तिं परां चिंतयन् उत्कल्लोलकलाजलं च विमलं धा
रामयं यः पिबेन्निर्व्याधिः स मृणालकोमलवपुर्योगी चिरं जीवति ५२

ध्यायेत् सः योगी निर्गताः व्याधयो ज्वरादयो यस्मात्स निर्व्याधिः सन् पटुः निर्ग
ताः विविधास्त्रिविधा आधयो मानसी व्यथा यस्मात्सः तादृशः सन् मृणालं बि
सं बिसवत्कोमलं मृदुलं वपुः शरीरं यस्य सः मृणालकोमलवपुश्च सन् चिरं दीर्घका
लं जीवति प्राणान्धारयति हठात् हठयोगात् प्राणात्साधनभूतादवाप्तमिति वा योजना ॥

तस्याः शिखाया मध्ये परमात्मा व्यवस्थित इति श्रुतेः ४

यत्प्रालेयमिति मेरुवत्सर्वोन्नता सुषुम्ना मेरुः तस्य मूर्द्ध उपरिभाग तस्य अन्तरे मध्ये ति
ष्ठतीति मेरुमूर्द्धान्तरस्थं यत् प्रालेयं हिमकलाजलं प्रहितं निहितं यस्मिन् तत्तथा तच्च तत्
सुषिरं विवरं तस्मिन्विवरे सुधीः शोभना रजस्तमोभ्यामनभिभूता सत्त्वाधिका बुद्धिर्यस्य
सः तत्त्वमात्मतत्त्वं प्रवदति प्रकर्षेण वदति आत्मनो विभुत्वेपि खेचरीमुद्रायां तत्राभि
व्यक्तेस्तस्मिंस्तत्त्वमित्युक्तं निम्नगानां गंगायमुनासरस्वतीनर्मदादिशब्दवाच्यानां नि

यत्प्रालेयप्रहितसुषिरं मेरुमूर्द्धान्तरस्थं तस्मिंस्तत्त्वं प्रवदति सुधीस्तन्मुखं नि
म्नगानां चंद्रात्सारः स्रवति वपुषस्तेन मृत्युर्नराणां तद्बध्नीयात्सुकरणम
तो नान्यथा कायसिद्धिः ५३ टी

डापिंगलासुषुम्नागांधारीप्रभृतीनां तत्तस्मिन्विवरे तत्संपे मुखमग्रमस्ति चंद्रात्
सोमात् वपुषः शरीरस्य सारः सारभूतो रसः स्रवति क्षरति तेन चंद्रसारक्षरणेन न
राणां मनुष्याणां मृत्युर्मरणं भवति अतो हेतोः तत् पूर्वोदितं सुकरणं शोभनं क
रणं खेचरीमुद्राख्यं बध्नीयात् सुकरणाबद्धे चंद्रसारस्रवणाभावान्मृत्युर्न स्यादिति भा

सप्तस्रोतःसमन्वितमिति क्वचित्पाठः

वः। अस्याभ्यासकरणाद्बन्धनाभावे कायस्य देहस्य सिद्धिः रूपलावण्यबलवज्रसं
हननत्वरूपा न स्यात् ५३ सुषिरमिति पंच यानि स्रोतांसि इडादीनां प्रवाहाः तैः स
मन्वितं सम्यक् अनुगतं ज्ञानजनकं अलौकिकाबाधितार्थसाक्षात्कारजनकं यत्सु
षिरं विवरं तस्मिन् सुषिरे अंजनमविद्या तत्कार्यं शोकमोहादि च निर्गतं यस्मात्तन्निरं
जनं तस्मिन्निरंजने शून्ये सुषिरावकाशे खेचरी मुद्रा तिष्ठते स्थिरीभवति प्रकाशनस्य

सुषिरं ज्ञानजनकं पंचस्रोतःसमन्वितं तिष्ठते खेचरी मुद्रा तस्मिन्शून्ये नि
रंजने ५४ एकं सृष्टिमयं बीजमेका मुद्रा च खेचरी एको देवो निरालंब ए
कावस्था मनोन्मनी ५५

एकमिति सृष्टिमयं सृष्टिरूपं प्रणवाख्यं बीजं एकं मुख्यं तदुक्तं माण्डूक्योपनिषदि ॐ
मित्येतदक्षरमिदं सर्वमिति खेचरी मुद्रा एका मुख्या निरालंबो आलंबनशून्यः ए
को मुख्यो देवः आलंबनपरित्यागेन मनसः स्वरूपावस्थानात् उन्मनी अवस्था ए
का मुख्या एके मुख्यान्यकेवला इत्यमरः बीजादिषु प्रणवादिवन्मुद्रासु खेचरीमु
ख्येत्यर्थः ५५

सुषुम्णाविहायसा

उड्डियानबंधं विवक्षुस्तावदुड्डियानशब्दार्थमाह बद्ध इति यतः यस्माद्धेतोः येन बंधेन बद्धः निरुद्धः प्राणः सुषुम्नायां मध्यनाड्यां उड्डीयते नोद्दिडीयत गच्छति तस्मात्कारणात् अयं बंधः योगिभिर्मत्स्येंद्रादिभिः उड्डियानं नाम्ना ख्या अभिधा यस्य स उड्डियानाख्यः उदाहृतः सम्यक् उक्तः उदाहृतः कथितः सुषुम्नायां उड्डीयते येन बद्धः प्राणो यस्तु उड्डि

अयोड्डियानबंधः बद्धो येन सुषुम्नायां प्राणस्तूड्डीयते यतः तस्मादुड्डिय

नाख्योयं योगिभिः समुदाहृतः ५६ उड्डीनं कुरुते यस्मादविश्रांतं महा

खगः उड्डियानं तदेव स्यात्तत्र बंधोभिधीयते ५७

यनं उत्पूर्वाड्डीङ् विहायसा गताविति अस्मात्करणे ल्युट् ५६ महांश्चासौ खगश्च महाख

गः प्राणः सर्वदा देहान्तर्गतिमत्त्वात् यस्माद्बंधात् अविश्रांतं यथा स्यात्तथा उड्डीनं

विहंगमगतिं कुरुते सुषुम्नायामित्यध्याहार्यं तदेव बंधविशेष एव उड्डियानं उड्डिया

ननामकं स्यात् तत्र तस्मिन् विषये बंधः अभिधीयते बंधस्वरूपं कथ्यते मयेति

शेषः ५७

उड्डीनमिति ४

उड्डियानबंधमाह. उदरइति उदरे तुंदे नाभेः ऊर्ध्वं चक्रादधः उपरिभागेऽधोभा
गे च पश्चिमं तानं पश्चिमतानं कर्षणं नाभेरूर्ध्वाधोभागौ पृष्ठसंलग्नौ स्यातां त
था तानं तानमं तानाः तं ता नमाकर्षणं कारयेत् कुर्यात् णिजर्थोऽविवक्षितः असौ
नाभेरूर्ध्वाधोभागयोस्तानरूपः उड्डीयानः उड्डीयानाख्यो बंधः कीदृशः मृत्यु

उदरे पश्चिमं तानं नाभेरूर्ध्वं च कारयेत् उड्डीयानो ह्यसौ बंधो मृत्युमातंग
केसरी ५८ उड्डीयानं तु सहजं गुरुणा कथितं सदा अभ्यसेत्सततं यस्तु वृ
द्धोपि तरुणायते ५९

केसरीव मातंगो गजः तस्य सिंहः सिंह इव निवर्तकः ५८ उड्डीयानं त्विति गुरुर्हितोपदेष्टा ते
न गुरुणा उड्डीयानं तु सदा सर्वदा सहजं स्वाभाविकं कथितं प्राणस्य बहिर्गमने सर्व
दा सर्वस्यैव जायमानत्वात् यस्तु पुरुषस्तु सततं निरंतरं अभ्यसेत् उड्डीयानमित्यत्रा
पि संबध्यते सतु वृद्धोपि स्थविरोपि तरुणायते तरुण इवाचरति तरुणायते ५९

नाभेरिति नाभे ऊर्द्ध्वं उपरिभागे अधश्चापि अधोभागेपि प्रयत्नतः प्रकृष्टो यत्नः
प्रयत्नः तस्मात्प्रयत्नतः यत्नविशेषात् तानं पश्चिमतानं कुर्यात् पूर्वार्द्धेनोड्डियानस्व
रूपमुक्तं अथ तत्फलमाह षण्मासं षण्मासपर्यंतं उड्डियानमित्यध्याहारः अभ्यसेत्
पुनः पुनरनुतिष्ठेत् सः मृत्युं जयत्येव संशयो न अत्र संदेहो नास्तीत्यर्थः ६० सर्वेषामिति

नाभेरूर्द्ध्वमधश्चापि तानं कुर्यात्प्रयत्नतः षण्मासमभ्यसेन्मृत्युं जयत्येव न
संशयः ६० सर्वेषामेव बंधानामुत्तमो ह्युड्डियानकः उड्डियाने दृढे बंधे मु
क्तिः स्वाभाविकी भवेत् ६१

सर्वेषां बंधानां षोडशाधारबंधानां मध्ये उड्डियानकः एव उड्डियानबंध एव स्वा
र्थेकप्रत्ययः उत्तमः उत्कृष्टः हि यस्मात् उड्डियाने बंधे दृढे सति स्वाभाविकी स्वभा
वसिद्धैव मुक्तिर्भवेत् उड्डियानबंधे कृते विहंगमगत्या सुषुम्नामार्गेण प्राणस्य मूर्द्ध्नि गम
नात्समाधौ मोक्षमाप्नोतीति वाक्यात्सहजैव मुक्तिः स्यादिति भावः ६१

७२ मूलबंधमाह पार्ष्णिभागेनेति पार्ष्णिभागः पार्ष्णिभागः गुल्फयोरधःप्रदेशः
तेन योनिं योनिस्थानं गुदमेढ्रयोर्मध्यभागं संपीड्य सम्यक् पीडयित्वा गुदं पायुं आ
कुंचयेत् संकोचयेत् अपानं अधोगतिं वायुं ऊर्ध्वं उपरि आकृष्य आकृष्टं कृत्वा मू
लबंधः अभिधीयते कथ्यते पार्ष्णिभागेन योनिस्थानसंपीडनपूर्वकं गुदस्याकुंच ५४
नं मूलबंध इत्युच्यत इत्यर्थः ६१ अधोगतिमिति यः अधोगति अधः अर्वाक्ग

अथ मूलबंधः पार्ष्णिभागेन संपीड्य योनिमाकुंचयेद्गुदं अपानमूर्ध्व
माकृष्य मूलबंधोभिधीयते ६१ अधोगतिमपानं वै ऊर्ध्वगं कु
रुते बलात् आकुंचनेन तं प्राहुर्मूलबंधं हि योगिनः ६२

तिर्यस्यतः तथा ते अपानं अपानवायुं आकुंचनेन मूलाधारस्य संकोचनेन बलात् हठात्
ऊर्ध्वगं हृती सूर्ध्वगः तं ऊर्ध्वगं सुषुम्नायां मध्ये गमनशीलं कुरुते वै इति निश्चये एव
वं योगिनो योगाभ्यासिनः तं मूलबंधं मूलस्य मूलस्थानस्य बंधनं मूलबंधः तं मू
लबंधमित्यन्वर्थं प्राहुः अनेन मूलबंधशब्दार्थः पूर्वश्लोकेन तस्य बंधनप्रकारउ
क्त इत्यपौनरुक्त्यं ६२ ७२

अथ योगबीजोक्तरीत्या मूलबंधमाह गुदमिति पार्ष्ण्या गुल्फयोरधोभागेन गुदं
पार्ष्णिसंपीड्य सम्यक्पीडयित्वा संयोज्येत्यर्थः तुशब्दः पूर्वस्माद्वैशिष्ट्यद्योत
१२ कः यथा येन प्रकारेण समीरणो वायुः ऊर्ध्वं सुषुम्नाया उपरिभागे याति गच्छति तथा
तेन प्रकारेण बलात् हठात् वारंवारं पुनः पुनः वायुमपानमाकुंचयेत् गुदस्याकुंच
नेनाकर्षयेत् अयं मूलबंध इति वाक्याध्याहारः अथ मूलबंधगुणानाह प्राणा
गुदं पार्ष्ण्या तु संपीड्य वायुमाकुंचयेद्बलात् वारंवारं यथा चोर्ध्वं समा
याति समीरणः ६४ प्राणापानौ नादबिंदू मूलबंधेन चैकतां गत्वा
योगस्य संसिद्धिं यच्छतो नात्र संशयः ६५ द्विःसर
पानाविति प्राणश्चापानश्च प्राणापानौ ऊर्ध्वाधोगतौ वायू नादोऽनाहतध्वनिः बिंदुर
नुस्वारः तौ मूलबंधेन एकतां गत्वा एकीभूय योगस्य संसिद्धिं सम्यक्सिद्धिं नात्र योगसंसिद्धिप्र दं
दतः इतः अभ्यासिन इति शेषः अत्र अस्मिन्नर्थे संशयो न संदेहो नास्तीत्यर्थः अयं भावः
१४ मूलबंधे कृते अपानः प्राणेन सह ऐक्यमुपसुषुम्नायां प्रविशति ततो नादाभिव्यक्तिर्भवति ततो ना सिद्धि
देन सह प्राणापानौ हृदयोपरि गत्वा नादस्य बिंदुना सह ऐक्यं विधाय मूर्द्धगच्छतः ततो योग

७३ अपानप्राणयोरिति सततं संततं मूलबंधनात मूलबंधमुद्राकरणात अपानप्राण
योः ऐक्यं भवति मूत्रपुरीषयोः संचितयोः क्षयः पतनं भवति वृद्धोपि स्थविरोपि युवा त
रुणो भवति ६६ अपान इति मूलबंधनात अपाने अधोगमनशीले वायौ ऊर्ध्वगे ऊ
र्ध्वं गच्छतीत्यूर्ध्वगस्तस्मिन् जाते सति वह्निमंडलं वह्निमंडलं त्रिकोणं नाभेरधो

अपानप्राणयोरैक्यं क्षयो मूत्रपुरीषयोः युवा भवति वृद्धोपि सततं मूलबं
धनात ६६ अपाने ऊर्ध्वगे जाते प्रयाते वह्निमंडलं तदानलशिखा दी
धौ३ र्घा जायते वायुनाहता ६७ ततो यातौ वह्न्यपानौ प्राणमुष्णस्वरूपकं ते
नात्यंतप्रदीप्तस्तु ज्वलनो देहजस्तथा ६८

भागेस्ति तदुक्तं याज्ञवल्क्येन देहमध्ये शिखिस्थानं तप्तजांबूनदप्रभं त्रिकोणं तु मनु
ष्याणां चतुरस्रं चतुष्पदां मंडलं तु पतंगानां सत्यमेतद्ब्रवीमि ते तन्मध्ये तु शिखा तन्वी सदा
तिष्ठति पावके इति तदा तस्मिन्काले वायुना अपानेन आहता संगता सती अनलशिखा
जठराग्निशिखा दीर्घा आयता जायते वर्द्धत इति क्रियाध्याहारः ६७ तत इति ततः तदनंत
रं वह्न्यपानौ वह्निश्च अपानश्च वह्न्यपानौ उष्णस्वरूपं यस्य सः तथा तेऽनलशिखा दैर्घ्यादुष्णस्व
रूपं ७३

प्राणंऊर्ध्वगतिमनिलंयातःगच्छन्ः ततोऽनलशिखादैर्घ्याद्दूक्ष्मस्वरूपकमितिवायो
६।२ जेना तेनप्राणसंगमनेनदेहजातोदेहजः ज्वलनोऽग्निः अत्यन्तमधिकंप्रदीप्तोभवति
तथेतिपादपूरणे अपानस्योर्ध्वगमनेनदीप्तएवज्वलनः प्राणसंगत्यात्यंतंदीप्तो
भवतीत्यर्थः ६८ तेनेति तेनज्वलनेनात्यंतप्रदीपनेनसंतप्तासम्यक्तप्तासतीसुप्ता
तेनकुंडलिनीसुप्तासंतप्तासंप्रबुध्यते दंडाहतभुजंगीवनिःश्वस्यऋजुतां
व्रजेत ६९ बिलंप्रविष्टेवततोब्रह्मनाड्यंतरंव्रजेत तस्मान्नित्यंमूलबं
धःकर्तव्योयोगिभिःसदा ७० अथजालंधरबंधः
निद्रिताकुंडलिनीशक्तिःसंप्रबुध्यते सम्यक्प्रबुद्धाभवति दंडेनाहतादंडाहतादंडाह
ताचासौभुजंगीवसर्पिणीव निःश्वस्यनिःश्वासंकृत्वाऋजुतांसरलतांव्रजेतगच्छेत ६९
बिलंप्रेति ततःऋजुताप्राप्त्यनंतरं बिलेविवरंप्रविष्टाभुजंगीवब्रह्मनाडींसुषुम्णांतस्याः
अंतरंमध्यंव्रजेतगच्छेत तस्माद्धेतोःयोगिभिःयोगाभ्यासिभिःमूलबंधःनित्यंप्र
तिदिनंसदासर्वस्मिन्कालेकर्तव्यःकर्तुंयोग्यः ७०

७४

जालंधरबंधमाह कंठमिति कंठं गलबिलं आकुंच्य संकोच्य हृदये वक्षःसमीपे चतुरं
गुलांतरितप्रदेशे चिबुकं हनुं दृढं स्थिरं स्थापयेत् स्थितं कुर्यात् अयं कंठाकुंचनपूर्वकं
चतुरंगुलांतरितहृदयसमीपे स्थापनपूर्वकं चिबुकस्थापनरूपः जालंधर इत्या
ख्यायत इति जालंधराख्यः जालंधरनामा बंधः कीदृशः जरा वृद्धावस्था मृत्युर्मरणं
तयोः विनाशकः विशेषेण नाशयतीति विनाशकः विनाशकर्त्ता ७१ जालंधरपदस्या

कंठमाकुंच्य हृदये स्थापयेच्चिबुकं दृढं बंधो जालंधराख्योयं जरामृत्युविना
शकः ७१ बध्नाति हि शिराजालमधोगामि नभोजलं ततो जालंधरो बंधः
कंठदुःखौघनाशनः ७२

र्थमाह बध्नातीति हि यस्मात् शिराणां नाडीनां जालं समुदायं बध्नाति अधोगंतु शीलम
स्य अधोगामि नभसः कपालकुहरस्य जलं अमृतं तच्च बध्नाति प्रतिबध्नाति ततः तस्मात् जा
लंधरः जालंधरनामकोऽन्वर्थो बंधः जालेन शिराजालेन जलानां समूहो जालं तं धर
तीति जालंधरः कीदृशः कंठे गलप्रदेशे यो दुःखौघः विकारजातो दुःखसमूहः तस्य नाश
नः नाशकर्त्ता ७२

जालंधरगुणानाह जालंधर इति कंठस्य गलबिलस्य संकोचनं संकोचः आकुंचनं त
देव लक्षणं स्वरूपं यस्य सः कंठसंकोचलक्षणः तस्मिन् तादृशे जालंधरे जालंधरसंज्ञके
बंधे कृते सति पीयूषं अमृतं अग्नौ जाठरे नले न पतति न क्षरति वायुश्च प्राणश्च न प्रकु
प्यति नाड्यंतरे वायोर्गमनं प्रकोपः तं न करोतीत्यर्थः ७३ कंठसंकोचनेनेति दृढं गा
ढं कंठसंकोचनेनैव कंठसंकोचनमात्रेण द्वे नाड्यौ इडापिंगले स्तंभयेत् बध्नीयात्

जालंधरे कृते बंधे कंठसंकोचलक्षणे नपीयूषं पतत्यग्नौ नच वायुः प्रकुप्यति ७३
कंठसंकोचनेनैव द्वे नाड्यौ स्तंभयेद्दृढं मध्यचक्रमिदं ज्ञेयं षोडशाधारबंधनं ७४

अयं जालंधर इति कर्तृपदाध्याहारः इदं कंठस्थाने स्थितं विशुद्धाख्यं चक्रं मध्यचक्रं
मध्यमं चक्रं ज्ञेयं कीदृशं षोडशाधारबंधनं षोडशसंख्याकानामाधाराणामंगुष्ठाधा
रादीनां बंधनं बंधनकारकं अंगुष्ठगुल्फजानूरूसीवनीलिंगनाभयः हृ
द्ग्रीवाकंठदेशश्च लंबिकानासिकातथा भ्रूमध्यं च ललाटं च मूर्धा च ब्रह्मरंध्रकं एते
हि षोडशाधाराः कथिता योगिपुंगवैः तेषामाधारेषु धारणायाः फलविशेष
स्तु गोरक्षसिद्धांताद्वगंतव्यः ७४

७५ उक्तस्य बंधत्रयस्योपयोगमाह मूलस्थानमिति मूलस्थानं आधारस्थानं समाकुं
च्य सम्यगाकुंच्य उड्डियानं नाभेः पश्चिमतानरूपं बंधं कारयेत्कुर्यात् गलाज्जर्योधृविव
क्षितः इडां पिंगलां गंगां यमुनां च बद्ध्वा जालंधरबंधेनेत्यर्थः कंठसंकोचनेनैव द्वैना
डौस्तंभः स्यादित्युक्तेः पश्चिमपथि सुषुम्नामार्गे वाहयेत् गमयेत् प्राणमिति शेषः ७५
अनेनेति अनेनैवउक्तेनैव विधानेन विधिना पवनः प्राणः लयं स्थैर्यं प्रयाति ग
मूलस्थानं समाकुंच्य उड्डियानं तु कारयेत् इडां च पिंगलां बद्ध्वा वाहयेत्पश्चिमे पथि ७५
अनेनैव विधानेन प्रयाति पवनो लयं ततो न जायते मृत्युर्जरारोगादिकं तथा ७६
बंधत्रयमिदं श्रेष्ठं महासिद्धैश्च सेवितं सर्वेषां हठतंत्राणां साधनं योगिनो विदुः ७७
स्वभावपूर्वकं ब्रह्मरंध्रे स्थितिः प्राणस्य लयः ततः प्राणस्य लयात् मृत्युः जरारोगादिकं
तथा वार्धं न जायते नोद्भवति आदिपदेन वलितपलितादिकं ग्राह्यं ७६ बंधत्रयमि
ति इदं पूर्वोक्तं बंधत्रयं श्रेष्ठं षोडशाधारबंधेष्वतिप्रशस्तं महासिद्धैर्मत्स्येंद्रादिभिः चका
रात्वसिष्ठादिमुनिभिः सेवितं सर्वेषां हठतंत्राणां हठोपायानां साधनं सिद्धिजनकं
योगिनो गोरक्षाद्याः विदुः जानंति ७७

विपरीतकरणीं विवक्षुस्तदुपोद्घातत्वेन पिंडस्य जराकारणं तावदाह यत्किंचिदिति
दिव्यं स्वरूपं हि धाम यस्य तद्दिव्यरूपं तदस्यास्तीति तस्माद्दिव्यरूपिणः चंद्रात्सोमात्तालुमूलस्था
त् यत्किंचित् यत्किमपि अमृतं पीयूषं स्रवति पतति तत्सर्वं सर्वं तत्पीयूषं सूर्यः ना
भिस्थोऽनलात्मकः ग्रसते ग्रासीकरोति तदुक्तं गोरक्षनाथेन नाभिदेशे स्थितो नि
त्यं भास्करो दहनात्मकः अमृतात्मा स्थितो नित्यं तालुमूले च चंद्रमाः वर्षत्यधोमु

यत्किंचित्स्रवते चंद्रादमृतं दिव्यरूपिणः तत्सर्वं ग्रसते सूर्यस्तेन पिंडो ज
रायुतः ७८ तत्रास्ति करणं दिव्यं सूर्यस्य मुखवंचनं गुरूपदेशतो ज्ञेयं
र्ष न तु शास्त्रार्थकोटिभिः ७९

खश्चंद्रो ग्रसत्यूर्ध्वमुखो रविः करणं तच्च कर्तव्यं येन पीयूषमाप्यते इति तेन सूर्यकर्तृ
कामृतग्रसनेन पिंडो देहः जरायुतः जरया युक्तो भवति ७८ तत्रेति तत्र तद्विषये सूर्य
स्य नाभिस्थानलस्य मुखवंचनं अनेनेति तादृशं दिव्यमुत्तमं करणं वक्ष्यमाणमुद्राख्य मं
मस्ति तत्र गुरूपदेशतः गुरोरुपदेशात् ज्ञेयं ज्ञातुं शक्यं शास्त्रार्थानां कोटिभिर्न
तु नैव ज्ञातुं शक्यं ७९

तस्य ऊर्ध्वनाभेः १

७९ विपरीतकरणीमाह ऊर्ध्वनाभेरिति ऊर्ध्व उपरिभागे नाभिर्यस्य स ऊर्ध्वनाभिः अधः
अधोभागे तालु तालुर्यस्यासेयस्य सः अधस्तालुः तस्य अधस्तालोः योगिनः ऊर्ध्वं
उपरिभागे भानुः दहनात्मकः सूर्यो भवति अधः अधोभागे शशी अमृतात्मा चंद्रो भवति
अयमंतपाठे तु यदा ऊर्ध्वनाभिः अधस्तालुर्योगी भवति तदा ऊर्ध्वं भानुः अधः शशी
भवतीति यदेतदापदद्वयाध्याहारेणान्वयः इयं विपरीताख्या विपरीतनामिका क

ऊर्ध्वनाभेरधस्तालोरूर्ध्वं भानुरधः शशी करणी विपरीताख्या गुरुवा
क्येन लभ्यते ८० नित्यमभ्यासयुक्तस्य जठराग्निविवर्द्धनी आहारो बहु
लस्तस्य संपाद्यः साधकस्य च ८१

रणी गुरुवाक्येन गुरोर्वाक्येनैव लभ्यते प्राप्यते नान्यथा ऊर्ध्वाधःस्थितयोश्चंद्रसूर्य
यारधऊर्ध्वकरणेनान्वर्था १ ८० नित्यमिति नित्यं प्रतिदिनं अभ्यासोऽभ्यसनं तेन
२ स्मिन् युक्तस्य योगिनस्तस्य जठराग्निरुदराग्निस्तस्य विवर्द्धनी विशेषेण वर्द्धनीति
विपरीतकरणी विशेषेण तस्य साधकस्य विपरीतकरणाभ्यासिनः आहारः भोजनं बहु २
लोपयुक्तः संपाद्यः संपादनीयः चः पादपूरणे ८१ ७९

अल्पाहारइति

यदिअल्पाहारःअल्पोभोक्तुमिष्टादूनःआहारोभोजनंयस्यतादृशोभवेत्स्यात्तदा
अग्निर्जठरानलोदेहंक्षणात्क्षणमात्राद्दहेत्शीघ्रंदहेदित्यर्थः॥ ऊर्ध्वाधःस्थित
योश्चन्द्रसूर्ययोरधऊर्ध्वकरणक्रियामाह अधःशिरइति अधःअधोभागेभूमौशि
रोयस्यसःअधःशिराःकराभ्यांकटिप्रदेशमवलंब्यबाहुमूलादारभ्यकूर्परपर्यंताभ्यां
बाहुभ्यांस्कंधाभ्यांगलपृष्ठभागशिरःपृष्ठभागाभ्यांचभूमिमवष्टभ्यअधःशिराभ

अल्पाहारोयदिभवेदग्निर्दहतितत्क्षणात् अधःशिराश्चोर्ध्वपादःक्षणं
स्यात्प्रथमेदिने ८२ क्षणाच्चकिंचिदधिकमभ्यसेच्चदिनेदिने

वेतऊर्ध्वेउपरिअंतरिक्षेपादौयस्यसऊर्ध्वपादःप्रथमेदिनेआरंभदिनेक्षणंक्षणमा
८२ त्रंस्यात् दिनेदिनेप्रतिदिनेक्षणात्किंचिदधिकं द्विक्षणंत्रिक्षणंएवंदिनक्र
मेणवृद्ध्याअभ्यसेतअभ्यासंकुर्यात्

७८ विपरीतकरणीगुणानाह वलितमिति वलितं चर्मसंकोचः पलितं केशशुक्लत्वं च
षण्मासमात्राभ्यासात् ऊर्ध्वं उपरि नैव दृश्यते नैवावलोक्यते सा
धकस्य देहे इति वाक्यार्थः ॥ ८२ ॥ यस्तु साधकः याममात्रं प्रहरमात्रं नित्यमभ्य
सेत् स तु कालजित् कालेन न गृह्यते इति कालजित् कालजेता भवेत् एतेन योगस्य
वलितं पलितं चैव षण्मासोर्ध्वं न दृश्यते याममात्रं तु यो नित्यमभ्यसेत्स तु
कालजित् ॥ ८२ ॥
प्रारब्धकर्मप्रतिबंधकत्वमपि सूचितं तदुक्तं विष्णुधर्मे स्वदेहारंभकस्यापि कर्म
णः संक्षयावहः योयोगः पृथिवीपाल श्रेयस्तस्यापि लक्षणमिति विद्यारण्यैरपि
जीवन्मुक्तावुक्तं यथा प्रारब्धकर्म ज्ञानात्प्रबलं तथा तस्मादपि कर्मणो योगाभ्यासः
प्रबलः अत एव योगिनामुद्दालकवीतहव्यादीनां स्वेच्छया देहत्याग उपपद्यत इ
ति भागवतेप्युक्तं देहं जह्यात्समाधिना इति ७८
तत्र ३
१५८

वज्रोल्यभ्यासप्रवृत्तिं जनयितुमादौ तत्फलमाह स्वेच्छयेति यो ऽभ्यासी वज्रोलीं वज्रोलीमुद्रां विजानाति विशेषेण जानाति स्वानुभवेन जानाति सः योगी योगशास्त्रोक्तैः योगोक्तैः नियमैर्ब्रह्मचर्यादिभिः विनाकृत स्वेच्छया वर्तमानोऽपि यथेष्टं वर्तमानोऽपि सिद्धिभाजनं सिद्धीनामणिमादीनां भाजनं पात्रं भवति ८४ तत्राभ्यासोपयोगि वस्तुद्वयमाह तत्रेति तत्र वज्रोल्यभ्यासे वस्तुनो द्वयं वस्तुद्वयं पदार्थयुग्मं वक्ष्ये कथयिष्ये कीदृशं

स्वेच्छया वर्तमानोऽपि योगोक्तैर्नियमैर्विना वज्रोलीं यो विजानाति स योगी सिद्धिभाजनं ८४ तत्र वस्तुद्वयं वक्ष्ये दुर्लभं यस्य कस्यचित् क्षीरं चैकं द्वितीयं तु नारी च वशवर्तिनी ८५

वस्तुद्वयं यस्य कस्यचित् यस्य कस्यापि धनहीनस्य दुर्लभं दुःखेन लब्धुं शक्यं लब्धुमशक्यं दुर्लभमिति वा दुःस्यात्कष्टनिषेधयोरिति कोशात् किं तद्वस्तुद्वयमित्यपेक्षायामाह क्षीरमिति एकं वस्तु क्षीरं दुग्धं पानार्थं मेहनानन्तरमिन्द्रियनैर्बल्यान्नष्टबलार्थं क्षीरपानं युक्तं केचित्तु अभ्यासकाले आकर्षणार्थमित्याहुः तस्यान्तर्गतस्य घनीभावे निर्गमनात्

७८ भवात् द्वितीयं तु वस्तु वशावर्तिनी स्वाधीना नारी वनिता ८५ वज्रोलीमुद्राप्रकारमाह ना
मेहनेनेति मेहनेन स्त्रीसंगानंतरं बिंदोः क्षरणेन साधनभूतेन पुरुषः पुमान्
अपवा नारी अपि बिंदुमपि शनैः मंदं सम्यक् यत्नपूर्वकं ऊर्ध्वाकुंचनेन ऊर्ध्वं उपरि
आकुंचनेन मेढ्राकुंचनेन बिंदोरूपर्याकर्षणं अभ्यसेत् वज्रोलीमुद्रासिद्धिं आप्नु

मेहनेन शनैः सम्यगूर्ध्वाकुंचनमभ्यसेत् पुरुषोऽप्यथवा नारी वज्रोलीसि
द्धिमाप्नुयात् ८६ यत्नतः शस्तनालेन फूत्कारं वज्रकंदरे शनैः श
नैः प्रकुर्वीत वायुसंचारकारणात् ८७

यात् सिद्धिं गच्छेत् ८६ अथ वज्रोल्याः पूर्वांगप्रक्रियामाह यत्नत इति शस्तः प्रश
स्तो यो नालः तेन शस्तनालेन सीसकादिनिर्मितेन नालेन शनैः शनैः मंदं मंदं यथा
ज्ञेधमनार्थं फूत्कारः क्रियते नालद्वारा फूत्कारं वज्रकंदरे मेढ्रविवरे वायोः संचारः स
म्यक् वज्रकंदरे चरणं गमनं तत्कारणात् तद्धेतोः प्रकुर्वीत प्रकर्षेण पुनः कुर्वीत
पुनः ७८

अथ वज्रोलीसाधनप्रक्रिया सीसकनिर्मितां त्रिरन्ध्रां मेढ्रे प्रवेशयोग्यां चतुर्दशां
गुलमात्रां शलाकां कारयित्वा तस्या मेढ्रे प्रवेशनमभ्यसेत् प्रथमदिने एकांगु
लमात्रं प्रवेशयेत् द्वितीयदिने द्व्यंगुलमात्रां तृतीयदिने त्र्यंगुलमात्रां एवं क्रमेण यावद्
द्वादशांगुलमात्रप्रवेशो मेढ्रमार्गः शुद्धो भवति उक्तशलाका चतुर्दशांगुलमात्रा च
गुलमात्रे वक्रा ऊर्ध्वमुखी कारयित्वा तां द्वादशांगुलमात्रां प्रवेशयेत् वक्रं ऊर्ध्वमु
खं द्व्यंगुलमात्रं बहिः स्थापयेत् ततः सुवर्णकारस्याग्निधमनसाधनीभूतनालस
दृशं नालं गृहीत्वा तदग्रं मेढ्रे प्रवेश्य तद्द्वादशांगुलस्य नालस्य वक्रोर्ध्वमुखद्व्यंगु
लमध्ये प्रवेश्य फूत्कारं कुर्यात् तेन सम्यङ्मार्गशुद्धिर्भवति ततः कोष्णस्य जल
स्य मेढ्रेणाकर्षणमभ्यसेत् जलाकर्षणे सिद्धे पूर्वोक्तश्लोकरीत्या बिंदोरूर्ध्वाक
र्षणमभ्यसेत् बिंद्वाकर्षणे सिद्धे वज्रोलीमुद्रासिद्धिः इयं जितप्राणस्यैव सिध्यति नान्यस्य
८१ स्य खेचरीमुद्राप्राणजयाभ्यां सिद्धो जायते सम्यग्भवति ८१

७९ एवं वज्रोल्यभ्यासे सिद्धे तदुत्तरं साधनमाह नारीभगेइति नारीभगे स्त्रीयो
नौ पततीति पतन् पतंश्चासौ बिंदुश्च पतद्बिंदुः तं पतद्बिंदुं रतिकाले पतंतं बिंदुं
अभ्यासेन वज्रोलीमुद्राभ्यासेन ऊर्ध्वं उपरि आहरेत् आकर्षयेत् पतनात्पूर्वमेव
यदि पतनात्पूर्वं बिंदोराकर्षणं न स्यात् तर्हि पतितमाकर्षयेदित्याह चलितं चेति

नारीभगे पतद्बिंदुमभ्यासेनोर्ध्वमाहरेत् चलितं च निजं बिंदुमूर्ध्वमाकृष्य रक्षयेत् ८८ एवं संरक्षयेद्बिंदुं मृत्युं जयति योगवित् मरणं बिंदुपातेन जीवनं बिंदुधारणात् ८९

चलितं नारीभगे पतितं निजं स्वकीयं बिंदुं चकारात्तद्रजः ऊर्ध्वमुपरि आकृष्य आहृत्य रक्षयेत् स्थापयेत् ८८ एवमुक्तरीत्या बिंदुं यः संरक्षयेत् सम्यग्रक्षयेत् स योगवित् योगज्ञः मृत्युं जयति अभिभवति यतः बिंदोः शुक्रस्य पातेन पतनेन मरणं भवति बिंदोर्धारणं बिंदुधारणं तस्माद्बिंदुधारणे जीवनं भवति तस्माद्बिंदुं संरक्षयेदित्यर्थः ८९

वज्रोलीगुणानाह २ भ्याम्

१४५ ७९

सुगंध इति योगिनो वज्रोल्यभ्यासिनो देहे बिंदोः शुक्रस्य धारणो बिंदुधारणे तस्मात्
सुगंधः शोभनो गंधः जायते स्याद्भवति देहे यावत् बिंदुः स्थिरः तावत्कालं मृत्युभ
यं कुतः न कुतोपीत्यर्थः ८० चित्तायत्तमिति (हि यस्मात् नृणां शुक्रं वीर्यं चित्तायत्तं चित्ते
चले चलत्वाच्चित्ते स्थिरे स्थिरत्वाच्चित्ताधीनं जीवितं जीवनं शुक्रायत्तं शुक्रे स्थिरे जीवनं

सुगंधो योगिनो देहे जायते बिंदुधारणात् यावद्बिंदुः स्थिरो देहे तावत्कालभयं
कुतः ८९ चित्तायत्तं नृणां शुक्रं शुक्रायत्तं च जीवितं तस्माच्छुक्रं मनश्च रक्षणी श्चैव र
यं प्रयत्नतः ९२

न शुक्रे नष्टे मरणात् शुक्राधीनं तस्मात् शुक्रं बिंदुं मनश्च मानसं तच्च प्रकृष्टात्प्रयत्नादिति
प्रयत्नतः रक्षणीयमनेन वज्रोल्यभ्यासेन रक्षणीयमित्यर्थः ॥ ॥ एवं ह्यमरोलिभिः क्रमः ९२

सम्यक्प्रयत्नपूर्वकं ॥

ऋतुमत्याइति एवं पूर्वोक्तेनाभ्यासेन ऋतुर्विद्यते यस्याः सा ऋतुमती तस्याः ऋतुमत्याः ऋतुस्नातायाः स्त्रियो रजः निजं स्वकीयं बिंदुं च रक्षयेत् पूर्वोक्ताभ्यासं दर्शयति मेढ्रेणेति अभ्यासो वज्रोल्यभ्यासः स एव योगो योगसाधनत्वात् तं वेत्तीत्यभ्यासयोगवित् मेढ्रेणा गुह्येंद्रियेण ऊर्ध्वं उपरि आकर्षयेत् रजो बिंदुं चेति कर्माध्याहारः अयं श्लोकः क्षिप्तः ९२

ऋतुमत्या रजोप्येवं निजं बिंदुं च रक्षयेत् मेढ्रेणाकर्षयेदूर्ध्वं सम्यगभ्यासयोगवित् ९२ अथ सहजोली सहजोलिश्चामरोलिर्वज्रोल्या भेद एकतः जलेसु भस्म निक्षिप्य दग्धगोमयसंभवं

सहजोल्यमरोल्यौ विवक्षुस्तयोर्वज्रोलीविशेषत्वमाह सहजोलिश्चेति वज्रोल्याः भेदो विशेषः सहजोलिः अमरोलिश्च तत्र हेतुः एकतः एकत्वात् एकफलत्वादित्यर्थः एकशब्दाद्भावप्रधानात्तसिल् सहजोलीमाह जलेष्विति गोः पुरीषाणि गोमयानि दग्धानि च तानि गोमयानि च दग्धगोमयानि तेभ्यः संभव उत्पत्ति

र्धस्य तद्दग्धगोमयसंभवं शोभनं भस्म सुभस्म विभूतिः जले तोये निक्षिप्य तोयमि
श्रीकृत्य तत्र श्लोके नान्वयः इति ९४ वज्रोलीति वज्रोल्यर्थं मैथुनं तस्मात्
ऊर्ध्वमनंतरं सुखेनैव आनंदेनैव आसीनयोः उपविष्टयोः क्षणात् तत्स्वात्
मुक्तस्य तौ व्यापारः रतिक्रिया याभ्यां तौ मुक्तव्यापारौ तयोः मुक्तव्यापारयोः स्त्रीपुंसो
वज्रोली मैथुनादूर्ध्वं स्त्रीपुंसोः स्वांगलेपनं आसीनयोः सुखेनैव मुक्त
व्यापारयोः क्षणात् ९५ सहजोलिरियं प्रोक्ता श्रद्धेया योगिभिः सदा अ
यं शुभंकरो योगो भोगयुक्तोऽपि मुक्तिदः ९६
अस्त्रीपुंसोनयोः स्त्रीपुंसोः स्वांगलेपनं शोभनान्यंगानि स्वांगानि मूर्धललाटनेत्र
हृदयस्कंधभुजादीनि तेषु लेपनं ९५ सहजोलिरिति इयं उक्ता क्रिया सहजोलि
रिति प्रोक्ता कथिता योगिभिर्मत्स्येंद्राभिः कीदृशी सदा श्रद्धेया सर्वदा श्रद्धातुं यो
ग्या अयं सहजोल्याख्यो योग उपायः शुभंकरः शुभं श्रेयः करोतीति शुभंकरः

९१ योगः देहतनोपायध्यानसंगतिभुक्तिसिद्धि अभिधानात् कीदृशो योगः भोगेन स्त्रीसंगेन
युक्तोपि मुक्तिदो मोक्षदः ९६ अयं योग इति अयमुक्तो योगः पुण्यं विद्यते येषां ते पुण्य
वंतः सुकृतिनः तेषां पुण्यवतां धीराणां धैर्यवतां तत्त्वं वास्तविकं पदार्थं पश्यंति ते तत्त्वदर्शि
नः तेषां तत्त्वदर्शिनां मत्सराः क्लिष्टा ता निर्मत्सरास्तेषां निर्मत्सराणां अन्यशुभद्वेष
र: रहितानां मत्सरोन्यशुभद्वेषः इत्यमरः तादृशानां पुंसां सिध्येत सिद्धिं गच्छेत् मत्सरशा

अयं योगः पुण्यवतां धीराणां तत्त्वदर्शिनां निर्मत्सराणां सिध्येत न तु
मत्सरशालिनां ९७ अथामरोली पित्तोल्बणत्वात्प्रथमांबुधारां वि
हाय निःसारतयांत्यधारां निषेव्यते शीतलमध्यधारा कापालिके
खंडमतेमरोली ९८

लिनां मत्सरवतां तु न सिध्येत ९७ अमरोलीमाह पित्तोल्बणत्वादिति पित्ते
नोल्बणः उत्कटः पित्तोल्बणस्तस्य भावः पित्तोल्बणत्वं तस्मात् तथा प्रथमा
पूर्वा या अंबुनः शिवांबुनो धारा तां विहाय शिवांबुनिर्गमनसमये किंचित्पूर्वांशं

त्य

रोत्यक्त्वा । निर्गतः सारो यस्याः सा निःसारा तस्या भावो निःसारता तया निःसारतया
असारत्वेन अंत्यधारां अंत्यां चरमां धारां प्रवाहं विहाय किंचिदंत्यां धारां त्यक्त्वा शीत
लां पित्तादिदोषासारत्वरहितां मध्यधारां मध्ये धारितां निषेव्यते नितरां सेव्यते खंडः ध्य
खंडयोजो योगविशेषः मतोभिमतो यस्य सः खंडमतस्तस्मिन् खंडमते कापालि ला
कस्यायं कापालिकस्तस्मिन् कापालिके संप्रदाये खंडकापालिकसंप्रदाये इत्यर्थः ॥

अमरीं यः पिबेन्नित्यं नस्यं कुर्वन् दिने दिने । वज्रोलीमभ्यसेत्सम्यक्
सामरोलीति कथ्यते ९६

मरोलीप्रसिद्धेति शेषः ९८ अमरीमिति अमरीं शिवांबु यः पुमान् नित्यं पिबेत्
नस्यं कुर्वन् अमरीनामर्थाभ्यां नस्यग्रहणं कुर्वन्सन् दिने दिने प्रतिदिनं वज्रो
लीं मेहनेन शनैरिति श्लोकेनोक्तां अभ्यसेत् सा अमरोली इति कथ्यते कापालि
कैरिति शेषः अमरीपानामरीनस्यपूर्विका वज्रोली अमरोलीशब्देनोच्यत इत्यर्थः ९६
सम्यक् २

८२ पुंसो बिंदुसमाकुंचितिपाठे तु नतरजसो विशेषतः ॥ सम्यक् १

पुंसो वज्रोलीसाधनमुक्त्वा नार्यास्तदाह पुंसो बिंदुमिति अभ्यासस्य सम्यगभ्यस
तस्य पाटवं पटुत्वं तेन पुंसः पुरुषस्य बिंदुं वीर्यं समाकुंच्य सम्यगाकृष्य नारी स्त्री यदि
रजः वज्रोल्या वज्रोलीमुद्रया रक्षेत् सापि नारी योगिनी प्रशस्तयोगवती ज्ञेया ॥ १००
नारीकृताया वज्रोल्याः फलमाह तस्या इति तस्या वज्रोल्यभ्यासनशीलाया नार्याः

पुंसो बिंदुं समाकुंच्य सम्यगभ्यासपाटवात् यदि नारी रजो रक्षेद्वज्रोल्या
सापि योगिनी १०१ तस्याः किंचिद्रजो नाशं न गच्छति न संशयः तस्याः
शरीरे नादश्च बिंदुतामेव गच्छति १०२

रजः किंचित्किमपि स्वल्पमपि नाशं न गच्छति निर्गतं न भवति पतनं न प्राप्नोतीत्यर्थः
अत्र संशयो न संदेहो न तस्याः नार्याः शरीरे नादश्च बिंदुतामेव गच्छति मूलाधा
रादुत्थितो नादः हृदयोपरि बिंदुभावं गच्छति बिंदुना सहैकीभवतीत्यर्थः [illegible]
[illegible] रजो [illegible] बिंदुश्च [illegible] योगेन [illegible] संजायते [illegible]
[illegible] बिंदुश्चंद्रमयः प्रोक्तो रजः सूर्यमयस्तथा [illegible]
[illegible] स्वर्गदो मोक्षदो बिंदुर्धर्मदोऽधर्मदस्तथा तन्मध्ये देवताः सर्वास्तिष्ठन्ते [illegible]

२६ [illegible]

✗ अमरीयः पिबेन्नित्यमेतस्यानंतरमयं श्लोकः अभ्यासादिति अभ्यासात्
अमरोल्यभ्यासात् निःसृतां निर्गतां चांद्रीं चंद्रस्येयं चांद्री तां चांद्रीं सुधां वि
भूत्या भस्मना सहस्ताकं मिश्रयेत् संयोजयेत् उत्तमांगेषु शिरःकपाल

अभ्यासान्निःसृतां चांद्रीं विभूत्या सह मिश्रयेत् धारयेदुत्तमांगेषु
दिव्यदृष्टिः प्रजायते १००॥

नेत्रस्कंधकंठहृदयभुजादिषु धारयेत् भस्ममिश्रितां चांद्रीमिति
शेषः दिव्या अतीतानागतवर्तमानव्यवहितविप्रकृष्टपदार्थदर्शनयोग्या
दृष्टिर्यस्य सः दिव्यदृष्टिः दिव्यदृक् प्रजायते प्रकर्षेण जायते अमरीसेवन
प्रकारविशेषाः शिवांबुकल्पादवगंतव्याः १०० अमरीं यः पिबेन्नित्यं ए
तस्य व्याख्यानानंतरमियं व्याख्या ✗

स बिंदुरिति सः पुंसो बिंदुः तद्रजः नार्याः रजश्चैव वज्रोलीमुद्राया अभ्यासो वज्रोल्य
भ्यासः स एव योगः तेन एकीभूय मिलित्वा स्वदेहगौ स्वदेहजनौ सर्वसिद्धिं प्रयच्छ
तः इतः १०३ रक्षेदिति या नारी आकुंचनात् योनिसं कोचनात् ऊर्ध्वं उपरि रजः
स्थानेखीत्वा रजो रक्षेत् हीनि प्रसिद्धं योगशास्त्रे सा योगिनी अतीतं चैतत् अनाग

स बिंदुस्तद्रजश्चैव एकीभूय स्वदेहगौ वज्रोल्यभ्यासयोगेन सर्वसिद्धिं प्रयच्छ
तः १०३ रक्षेदाकुंचनादूर्ध्वं या रजः सा हि योगिनी अतीतानागतं वेत्ति
खेचरी च भवेद्ध्रुवं १०४ देहसिद्धिं च लभते वज्रोल्यभ्यासयोगतः अयं पु
ण्यकरो योगो भोगे भुक्तेऽपि मुक्तिदः १०५ अथ सहजोलिः

तं च अतीतानागतं भूतं भविष्यं च वस्तु वेत्ति जानाति ध्रुवं निश्चितं खे अंतरिक्षे च
रतीति खेचरी अंतरिक्षचरी भवेत् १०४ देहसिद्धिमिति वज्रोल्यभ्यासस्य योगो युक्तिः
तस्मात् देहस्य सिद्धिं रूपलावण्यबलवेगादिस्वरूपां लभते अयं योगः वज्रोल्य
भ्यासयोगः पुण्यकरः अदृष्टविशेषजनकः कीदृशो योगः भुज्यते इति भोगो विषयः
तस्मिन् भुक्तेऽपि मुक्तिदः मोक्षदः १०५

८२ शक्तिचालने विवक्षुस्तदुपयोगित्वात्तत्पर्यायान् तथा मोक्षद्वारविभेदनादिकं चा
ह सप्तभिः कुटिलाङ्गीति कुटिलाङ्गी १ कुंडलिनी २ भुजंगी ३ शक्तिः ४ ईश्वरी ५ कुं
डली ६ अरुन्धती ७ च एते सप्त शब्दाः पर्यायवाचकाः एकार्थवाचकाः १०५ उद्घाटये
दिति यथा येन प्रकारेण पुमान् कुंचिकया कपाटार्गलोत्सारणसाधनीभूतया हठात्

कुटिलाङ्गी कुंडलिनी भुजंगी शक्तिरीश्वरी कुंडल्यरुन्धती चैते शब्दाः पर्या
यवाचकाः १०५ उद्घाटयेत्कपाटं तु यथा कुंचिकया हठात् कुंडलिन्या तथा
योगी मोक्षद्वारं विभेदयेत् १०६ येन मार्गेण गन्तव्यं ब्रह्मस्थानं निरामयं
मुखेनाच्छाद्य तद्द्वारं प्रसुप्ता परमेश्वरी १०७

बलात्कपाटं अररं उद्घाटयेत् उत्सारयेत् हठादिति देहलीदीपन्यायेनोभयत्र संबध्य
ते तथा तेन प्रकारेण योगी हठात् हठाभ्यासात् कुंडलिन्या शक्त्या मोक्षद्वारं मोक्षस्य
द्वारं प्रापकं सुषुम्णामार्गं विभेदयेत् विशेषेण भेदयेत् तयोर्ध्वमायन्नमृतत्वमे
तीति श्रुतेः १०६ येनेति आमयो रोगजन्यं दुःखं दुःखमात्रोपलक्षणं तस्मान्नि ८३

गंतं निरामयं दुःखमात्ररहितं ब्रह्मस्थानं ब्रह्मादिभिर्वेद्यं स्थानं ब्रह्मस्थानं ब्रह्मरंध्रं
तस्याः शिखाया मध्ये परमात्मा व्यवस्थित इति श्रुतेः येन मार्गेण सुषुम्णामार्गेण
गंतव्यं गमनार्हं नास्ति तद्द्वारं तस्य मार्गस्य द्वारं प्रवेशमार्गं मुखेन स्वास्येनाच्छाद्य
पिधाय परमेश्वरी कुंडलिनी प्रसुप्ता निद्रितास्ति १०८ कंदोर्ध्व इति कुंडली शक्तिः

कंदोर्ध्वे कुंडली शक्तिः सुप्ता मोक्षाय योगिनां बंधनाय च मूढानां यस्तां
वेत्ति स योगवित् १०९ कुंडली कुटिलाकारा सर्पवत्परिकीर्तिता सा शक्ति
श्चालिता येन स मुक्तो नात्र संशयः ११०

कंदोर्ध्वे कंदस्योपरिभागे योगिनां मोक्षाय सुप्ता मूढानां बंधनाय सुप्ता योगिनस्तां चाल
यित्वा मुक्ता भवंति मूढास्तदज्ञानाद्बद्धास्तिष्ठंतीति भावः तां कुंडलिनीं यो वेत्ति स यो
णां गवित् सर्वयोगज्ञः तत्र कुंडल्याश्रयत्वादिति भावः १०९ कुंडलीति कुंडली शक्तिः स
र्पवत् भुजंगवत् कुटिल आकारः स्वरूपं यस्याः सा कुटिलाकारा कुंडलाकारा परिकी
र्तिता कथिता योगिभिः सा कुंडली शक्तिः येन उत्तालिता मूलाधारादूर्ध्वं नीता

× बालरंडाशब्दवाच्या ४

समुक्तः अज्ञानबंधनात्‌ प्रवृत्तः अत्र अस्मिन्नर्थे संशयो न संदेहो नास्तीत्यर्थः त
योत्थापयन्नमृतत्वमेतीति स्मृतेः ११० गंगायमुनयोरिति गंगायमुनयोराधारा
धेयभावेन तयोर्भाविनात्‌ गंगायमुनयोरभेदेन भावना द्वा गंगायमुने इडापिं
गले तयोर्मध्ये सुषुम्नामार्गे तपस्विनीं निरशनस्थितेः बालरंडां कुंडलीं बला

गंगायमुनयोर्मध्ये बालरंडां तपस्विनीं बलात्कारेण गृह्णीयात्तद्वि
ष्णोः परमं पदं १११ इडा भगवती गंगा पिंगला यमुना नदी इडापिं
गलयोर्मध्ये बालरंडा च कुंडली ११२

त्कारेण हठेन गृह्णीयात्‌ तत्‌ तस्या गंगायमुनयोर्मध्ये ग्रहणं विष्णोर्हरेर्व्यापक
स्यात्मनो वा परमं पदं परमपदप्रापकं १११ गंगायमुने द्विपदार्थमाह इडेति
इडा वामनिश्वासा नाडी भगवती ऐश्वर्यादिसंपन्ना गंगा गंगपदवाच्या पिंगला द गार
क्षिणा निःश्वासा यमुना यमुनाशब्दवाच्या नदी इडापिंगलयोर्मध्ये मध्यगता
या कुंडली सा बालरंडा बालरंडाशब्दवाच्या ११२

शक्तिचालनमाह पुछ इति सुप्तां निद्रितां तां भुजंगीं तां कुंडलिनीं पुछे प्रगृह्य पुछे
गृहीत्वा उद्बोधयेत् प्रबोधयेत् सा शक्तिः कुंडली निद्रां विहाय हठात् ऊर्ध्वं उत्ति
ह ष्ठते इत्यन्वयः एतद्रहस्यं तु गुरुमुखादवगंतव्यं ११३ अवस्थितेति अवस्थिता च
वा कुस्थिता मूलाधारे स्थिता फणावती सा कुंडली सूर्यादापूर्य सूर्येण पूरणं कृत्वा
परिधानस्य युक्तिः परिधानयुक्तिस्तया परिधानयुक्त्या प्रगृह्य गृहीत्वा सायं

पुछे प्रगृह्य भुजंगीं सुप्तामुद्बोधयेच्च तां निद्रां विहाय सा शक्तिरूर्ध्वमु त्रा
त्तिष्ठते हठात् ११३ अवस्थिता चैव फणावती सा प्रातश्च सायं प्रहरा
र्धमात्रं प्रपूर्य सूर्यात्परिधानयुक्त्या प्रगृह्य नित्यं परिचालनीया ११४

नमये सूर्योस्तानेनर प्रातः सूर्योदयवेलायां नित्यमहरहः प्रहरस्य यामस्यार्धं प्रहरार्द्धं
प्रहरार्धमेव प्रहरार्द्धमात्रं मुहूर्तद्वयमात्रं परिचालनीया परिचालयितुं यो
ग्या परिधानयुक्तिर्देशिकाद्बोध्या ११४॥॥

पश्चादित्यस्तीति वज्रासने स्थिते वज्रासने कृते सति कराभ्यां हस्ताभ्यां गुल्फौ पादग्रंथी तयोर्देशो
८५ प्रदेशौ तयोः समीपे गुल्फाभ्यां किंचिदुपरि तदुक्तं पीठवृत्तिके गुल्फाविति स्मरः पादौ च
दृढं गाढं धारयेत् गृह्णीयात् चकारात् ताभ्यां पादाभ्यां तत्र कंदस्थाने कंदं प्र
पीडयेत् प्रकर्षेण पीडयेत् गुल्फादूर्ध्वं कराभ्यां पादौ गृहीत्वा नाभेरधोभागे कंदं पीड
येदित्यर्थः ११६ इदं व्याख्यानं पूर्वं कंदसंपीडनेन शक्तिचालनं विवक्षु पादौ कंदस्य

ऊर्ध्वं वितस्तिमात्रं तु विस्तारं चतुरंगुलं मृदुलं धवलं प्रोक्तं वेष्टितांब
रलक्षणं ११५ सति वज्रासने पादौ कराभ्यां धारयेद्दृढं गुल्फदेशस
मीपे च कंदं तत्र प्रपीडयेत् १६

स्थानं स्वरूपं चाह ऊर्ध्वमिति मूलस्थानात् वितस्तिमात्रं वितस्तिप्रमाणं ऊर्ध्वमुपरि
नाभिमेढ्रयोर्मध्ये एतेन कंदस्य स्थानमुक्तं तथा चोक्तं गोरक्षशतके ऊर्ध्वं मेढ्रा
दधो नाभेः कंदयोनिः खगांडवत् तत्र नाड्यः समुत्पन्नाः सहस्राणां द्विसप्ततिरिति
याज्ञवल्क्यः गुदात्तु द्व्यंगुलादूर्ध्वं मेढ्रात्तु द्व्यंगुलादधः देहमध्यं तयोर्मध्यं मनुजा ८५

नाभितीरितं कंदस्याकारमनुष्याणां देहमध्यान्नवांगुले चतुरंगुलविस्तारमायामं च
तथाविधं अंडाकृतिवदाकारम् बिभ्रतं त्वगादिभिः चतुष्पदां तिरश्चां च द्विजानां तु
देहमध्ये इति गुदाद्व्यंगुलोपरि मध्ये एकांगुलेन मध्ये तस्मान्नवांगुले कंदस्यानेमि
लित्वा द्वादशांगुलप्रमाणं वितस्तिमात्रं जातं चतुरंगमितं नीलो तेषां चतुरंगुलं म
चतुरंगुलप्रमाणो विस्तारः विस्तारो दैर्घ्यस्याप्युपलक्षणं चतुरंगुले दीर्घं च मृदुलं

वज्रासने स्थितो योगी चालयित्वा च कुंडली कुर्यादनंतरं भस्त्रां कुंडलीमाशु बोधयेत् ॥

कोमलं धवलं शुभ्रं वेष्टितं वेष्टनेन स्वगोडाकारीकृतं यद्वस्त्रं तस्येव लक्षणं
स्वरूपं निवलक्षणं स्वरूपं यस्य तादृशं प्रोक्तं कथितं कंदस्वरूपं योगिभिरिति शेषः ॥
वज्रासने इति वज्रासने स्थितो योगी कुंडलीं चालयित्वा शक्तिचालनमुद्रां कृत्वे
त्यर्थः अनेनंतरं शक्तिचालनानंतरं भस्त्रां भस्त्राख्यं कुंभकं कुर्यात् एवं रीत्या कुंडलीं
शक्तिं आशु शीघ्रं बोधयेत् प्रबुद्धां कुर्यात् वज्रासने शक्तिचालनस्य पूर्वं विधा
नादिदानीं वज्रासने पादानं शक्तिचालनानंतरं भस्त्रायां वज्रासनमेवकर्तव्यमिति

८६ भानोरिति भानोर्नाभिदेशस्थस्य सूर्यस्याकुंचनं कुर्यात नाभेराकुंचने नैव तस्याकुं-
चनं भवति ततः भानोराकुंचनात् कुंडलीशक्तिं चालयेत मृत्योर्वक्त्रं मुखं गतस्यापि
प्राप्तस्यापि तस्य पुंसः मृत्युभयं कालभयं कुतः न कुतोपीत्यर्थः ११८ मुहूर्तद्वयमिति
मुहूर्तयोर्द्वयं युग्मं घटिकाचतुष्टयात्मकं तत्पर्यंतं तदवधि निर्भयं निःशंकं चालना-

भानोराकुंचनं कुर्यात्कुंडलीं चालयेत्ततः मृत्युवक्त्रगतस्यापि तस्य मृत्युभयं
कुतः ११८ मुहूर्तद्वयपर्यंतं निर्भयं चालनादसौ ऊर्ध्वमाकृष्यते किंचित्सु-
षुम्नायां समुद्गता ११९ तेन कुंडलिनी तस्याः सुषुम्नाया मुखं ध्रुवं जा-
हाति तस्मात्प्राणोयं सुषुम्नां व्रजति स्वतः १२०

त् असौ शक्तिः सुषुम्नायां समुद्गता सती किंचित् ऊर्ध्वं आकृष्यते आकृष्टा भवति ११९
तेनेति तेन ऊर्ध्वाकर्षणेन कुंडलिनी तस्याः प्रसिद्धायाः सुषुम्नायाः मुखं प्रवेशमा-
र्गं ध्रुवं निश्चितं जहाति त्यजति तस्मात् मार्गत्यागात् अयं प्राणो वायुः स्वतः स्वयमे-
व सुषुम्नां व्रजति गच्छति कुंडलिन्याः सुषुम्नामुखत्यागे तस्या निरर्गलत्वादिति
॥भावः १२०॥ ८६

तस्मादिति यस्माच्छक्तिचालनेन प्राणः सुषुम्णां व्रजति तस्मात् सुखेन सुप्तां सु
खसुप्तां तां सुखसुप्तां अरुंधतीं शक्तिं नित्यं प्रतिदिनं संचालयेत् सम्यक् चालयेत्
तस्याः शक्तेः संचालनेनैव संचालनमात्रेण योगी रोगैः कासश्वासज्वरादिभिः प्र
मुच्यते प्रकर्षेण मुक्तो भवति १२१ येनेति येन योगिना शक्तिः कुंडली संचालिता

तस्मात्संचालयेन्नित्यंसुखसुप्तामरुंधतीं तस्याः संचालनेनैव योगी रोगैः प्रमु
च्यते १२१ येन संचालिता शक्तिः स योगी सिद्धिभाजनं किमत्र बहुनो
क्तेन कालं जयति लीलया १२२ ब्रह्मचर्यरतस्यैव नित्यं हितमिताशिनः
मंडलाद्दृश्यते सिद्धिः कुंडल्यभ्यासयोगिनः १२३

स योगी सिद्धीनामणिमादीनां भाजनं पात्रं भवति अत्र अस्मिन्नर्थे बहूक्तेन बहु
प्रयोजनेन किं न किमपीत्यर्थः कालं मृत्युं लीलया क्रीडयाऽनायासेनैव जयत्यभिभ
वतीत्यर्थः १२२ ब्रह्मचर्येति ब्रह्मचर्ये स्त्र्यादिभिः सहोपस्थसंयमः तन्निरत
स्य तत्परस्य नित्यं सर्वदा हितं पथ्यं मितं चतुर्थांशवर्जितं अश्नातीति तस्य कुंड

८१

त्वभ्यासः शान्तिचालनाभ्यासः स एव योगः सोऽभ्यासी नित्य तया तस्य मंडलात् चत्वा
रिंशद्दिनात्मकात् अनंतरं सिद्धिः प्राणायामसिद्धिर्दृश्यते १२३

वेदु
नदन
वंदनर

नासादक्षिणमार्गवाहिपवनात् प्राणोतिदीर्घीकृतश्चंद्रांभः परिपूरितामृ
ततनुः प्राग्घटिकात्रयात् अतः छित्वा कालविशालवह्निवशगं भूत्वं
पूर्वनाडीगतं तत्कायं कुरुते पुनर्नवतरं छिन्नद्रुमस्कंधवत् १२४

कुंडलीमिति कुंडलीं चालयित्वा शक्तिचालनं कृत्वा अभ्यासानंतरमेव भस्त्रांभ
कुं॰ स्त्राख्यं कुंभकं कुर्यात् नित्यं प्रतिदिनमेवं उक्तप्रकारेणाभ्यसतो यमिनो योगिनः यम ति
भीः यमिनां भयं कुतः न कुतोपीत्यर्थः योगिनो देहस्याजस्य स्वाधीनत्वादिति ॥

कुंडलीं चालयित्वा तु भस्त्रां कुर्याद्विशेषतः एवमभ्यसतो नित्यं यमिनो यमभीः कुतः १२५
ति॰ द्वासप्ततिसहस्राणां नाडीनां मलशोधने कुतः प्रक्षालनोपायः कुंडल्यभ्यसनादृते १२६

त्यर्थः १२५ द्वासप्ततीति द्वाभ्यामधिका सप्ततिर्द्वासप्ततिः द्वासप्ततिसंख्याकानि सह
स्राणि द्वासप्ततिसहस्राणि तेषां तत्संख्याकानां नाडीनां मलशोधने कर्तव्ये स
ति कुंडल्यभ्यसनोत्तरशक्तिचालनाभ्यासात् ऋते विना कुतः प्रक्षालनोपायः न
कुतोपि शक्तिचालनाभ्यासेनैव सर्वासां नाडीनां मलशोधनं भवतीत्यभि
प्रायः १२६

इत्थंत्विति इत्थंमध्यमानाडी सुषुम्णा योगिनो हठाभ्यासेन आसनेस्वस्तिकादि
म प्राणसंयामः प्राणायामः मुद्रा महामुद्रादिकास्तैः सरला ऋज्वी भवेत् १२७ अभ्या
सेष्विति समाधिना इतरवृत्तिनिरोधरूपेणैकाग्र्येण मनो धृत्वा आनंदकर
रोधारणां निश्चलांकृत्वा अभ्यासेषु मनः स्थिरीकृत्य विगतानिद्रायेषांतेनषां

इथेनुमध्यमानाडी हठाभ्यासेनयोगिनां आसनप्राणसंयाममु
द्राभिः सरलाभवेत् १२७ अभ्यासेतुविनिद्राणांमनोधृत्वासमाधि
ना रुद्राणीवापरामुद्राभद्रांसिद्धिंप्रयच्छति १२८

तेषां निद्रापदमालस्योपलक्षणं अनलसानामित्यर्थः रुद्राणी शांभवी
मुद्रा वा अथवा परा अन्या उन्मन्यादिका भद्रां शोभनां सिद्धिं योगसिद्धिं प्रयच्छ
ति ददाति एतेन हठयोगोपकारको राजयोगः प्रोक्तः १२८

राजयोगं विनाऽऽसनानि द्वितीयो वै पर्व्यमोपचारिकश्लेषणम् । राजयोगमिति
चैतन्यनिरोधपूर्वकात्मगोचरधारावाहिकनिर्विकल्पकवृत्ती राजयोगः हठं
विना राजयोग इत्यत्रास्त्युचितं तत्राभ्यनाभ्यासो वा तं विना तन्न ते पृथ्वी शरीरेन स्थै
र्यंगुणा योगासनेन लक्ष्यते तन्न राजते न शोभते राजयोगं विना परमपुरुषार्थ
रूपफलासिद्धेरिति हेतुरत्रेपि योजनीयः राजयोगं विना निशेव निशा कुंभ

राजयोगं विना पृथ्वी राजयोगं विना निशा राजयोगं विना मुद्रा विचित्रापि न
शोभते १२७

कौन राजते निशायां प्रायेण राजनि सैव चाराभोवानि निशा शरादेन प्राणसंचाराभा
वलक्षणः कुंभको लक्ष्यते राजयोगं विना मुद्रा महामुद्रादिरूपा
विचित्रापि विविधापि विलक्षणापि वा न राजते न शोभते प
क्षे न रे राज्ञोऽन्यपस्य योगो राजयोगः राजसंबंधः तं विना पृथ्वी भूमिर्न राजते

८९

शास्त्रं विना भूमौ नानोपद्रवसंभवात् राजा चंद्रः सोमो रत्नाकरे ब्राह्मणानां ५
राजेनिज्ञते: तस्य योऽसंबंधं विना निशा रात्रिर्न राजते राजयोगं विनाऽन्यस
बंधं विना मुद्रा राजभिः पत्रैर्युक्तिप्रमाणा क्षितिरूढविशेषः विचित्रापि पृथ्वीपक्षे
रत्नादिजलकन्दविलक्षणापि निर्[illegible]पक्षे ग्रहनक्षत्रादिभिर्विचित्रा
पि मुद्रापक्षे रेखाभिर्विचित्रापि न राजते १२९ मारुतस्येति मारुतस्य वायोः

मारुतस्य विधिं सर्वं मनोयुक्तं समभ्यसेत् इतरत्र न कर्तव्या मनोवृत्तिर्म
नीषिणा १३०

सर्वं विधिं कुंभकमुद्राविधानं मनोयुक्तं मनसा युक्तं समभ्यसेत् सम्यगभ्यसेत् ह
मनीषिणा बुद्धिमता पुंसा इतरत्र मारुतस्य विधेरन्यस्मिन्विषये मनोवृ
त्तिः मनसो वृत्तिः प्रवृत्तिर्न कर्तव्या न कार्या १३०

८९

मुद्रा उपसंहरति इतीति आदिनाथेन सर्वेश्वरेण शंभुना शं गुरुरूपेणावतस्य स्मा
दिशेशुक्तेन इत्युक्तरीत्या दश दशसंख्याकाः [illegible] प्रोक्ताः कथिताः तासु मुद्रा
सु मध्ये एकैकापि प्रत्येकापि यापि काचन मुद्रा यमिनां यमवतां योगिनां महासिद्धि
प्रदायिनी अणिमादिप्रदात्री कैवल्यप्रदात्री वा १३१ मुद्रोपदेष्टारं गुरुं प्रशं
शंति

इति मुद्रा दश प्रोक्ता आदिनाथेन शंभुना । एकैका तासु यमिनां महा
सिद्धिप्रदायिनी १३१ उपदेशं हि मुद्राणां यो दत्ते सांप्रदायिकं स एव
श्रीगुरुः स्वामी साक्षादीश्वर एव सः १३१

सति उपदेशमिति यः श्रीमान् मुद्राणां महामुद्रादीनां संप्रदायात् योगिनां गु
रुपरंपरारूपादागतं सांप्रदायिकं उपदेशं दत्ते ददाति स एव स पुमानेव श्रीगु
रुः श्रीमान् गुरुः सर्वगुरुभ्यः श्रेष्ठ इत्यर्थः स्वामी प्रभुः स एव साक्षात्तस्य सं
ईश्वर एव सः ईश्वराभिन्न एव स इत्यर्थः ३१

तस्येति तस्य मुद्राणामुपदेष्टुर्गुरोः वाक्यपरः वाक्यमासनकुंभकाद्यनुष्ठा
नविषयकं युक्ताहारविहारचेष्टादिविषयकं च तस्मिन्परस्तत्परः तत्पर
आदरवान् आदरेणावहितेनतथाकरणं भूत्वासंभूय मुद्राणां महामुद्रादीनाम
भ्यासः पौनःपुन्येनावर्तनं तस्मिन्मुद्राभ्यासे समाहितः सावधानः पुरुषः अ

तस्य वाक्यपरो भूत्वा मुद्राभ्यासे समाहितः अणिमादिगुणैः सार्धं
लभते कालवंचनं १३२ इति श्रीस्वात्मारामयोगींद्रविरचितायां ह
ठप्रदीपिकायां मुद्राविधानं नाम तृतीयोपदेशः

णिमादिगुणैः अणिमादिसिद्धिभिः सार्धं साकं कालस्य मृत्योर्वंचनं प्रतारणं
लभते प्राप्नोति इति श्रीहठप्रदीपिकाव्याख्यायां ब्रह्मानंदकृतायां ज्यो
त्स्नाभिधायां मुद्राकथनं नाम तृतीयोपदेशः ॥

श्रेयांसि बहुविघ्नानीति २

प्रथमद्वितीयतृतीयोपदेशोक्तानामात्मज्ञानकं भक्तगुरुदाराणां फलमुक्तं तेन जयोगे वि
वक्षुः स्वात्मारामत्वं तन्निर्विघ्नं बाहुल्यस्य संभवान्निर्विघ्नतये शिवाभिन्नगुरुनमस्का
रात्मकं मंगलमाचरति नम इति शिवाय गुरवे रूपाय ईश्वराभिन्नाय वा तद्भक्तेन
नमस्क्रियताय भगवन् शिवाय गुरुरूपिणे। गुरवे देशिकाय यद्वा गुरवे सर्वात्मने वि
तप्ताखिलोपदेष्टे शिवाय ईश्वराय तथा च पातंजलसूत्रे पूर्वेषामपि गुरुः का

नमः शिवाय गुरवे नादबिंदुकलात्मने निरंजनपदं याति नित्यं यत्र परायणः १

२ लेनानवच्छेदात् नमः प्रह्वीभावोस्तु कीदृशाय शिवाय गुरवे नादबिंदुकलात्मने
कास्य ब्रह्मनिर्हादवद् ध्वनिरूपेण नादः बिंदुरनुस्वारोत्तरभावी ध्वनिः कलाना
देकदेशास्तास्ता आत्मा स्वरूपं यस्य सः तथा तस्मै नादबिंदुकलात्मना विवर्तमाना
येत्यर्थः यत्र नादबिंदुकलात्मनि शिवे गुरौ प्रेयतः परायणः अवहितः पुमान् एतेन
नित्यं प्रतिदिनं

९१ नादानुसंधानपरायणा इत्युक्तं पूर्वपादेन गुरुशिवयोरभेदः सूचितः श्रीगुरुर्नेमाथो
पाधिरहितेन निरंजनेन शुद्धं पद्यते गम्यते योगिभिरिति पदं ब्रह्म तल्लयानि प्राप्नोति तथा
च वक्ष्यति नादानुसंधानसमाधिभाजामित्यादिना

अथेदानीं प्रवक्ष्यामि समाधिक्रममुत्तमं मृत्युघ्नं च सुखोपायं ब्रह्मानंदकरं परं २

समाधिक्रमं प्रतिजानीते अथेति अथ आसनकुंभकमुद्राकथनानंतरं इदानीं
अस्मिन्नवसरे समाधिक्रमं प्रत्याहारादिरूपं प्रवक्ष्यामि प्रकर्षेण विविच्य वक्ष्या
मीत्यन्वयः कीदृशं समाधिक्रमं उत्तमं श्रीआदिनाथोक्तसपादकोटिसमाधिप्र
कारेषूत्कृष्टं पुनः कीदृशं मृत्युं कालं हंति निवारयतीति मृत्युघ्नं सुखैकोपायं देहत्याग
जनकं तत्वज्ञानोदयमनोनाशवासनाक्षयैः सुखस्य जीवन्मुक्तिसुखस्य उपायं
प्राप्तिसाधनं॥ ९२

पुनः कीदृशं १

*परं ब्रह्मानंदकरं प्रारब्धकर्मक्षये सति जीवब्रह्मणोरभेदे आत्यंतिकब्रह्मानं
दावाप्तिरूपविदेहमुक्तिकरं तत्र निरोधसमाधिना चित्तस्य सर्वसंस्कारनाशाद्वृत्तिनि
रोधे स्वांतर्घोरमूढावस्थानिवृत्तौ जीवन्नेव हि विद्वान्हर्षशोकाभ्यां विमुच्यत इत्यादिश्रु
त्या निर्विकारस्वरूपावस्थितिरूपा जीवन्मुक्तिर्भवति परममुक्तिस्तु अंतःकरणगुणानां
प्रतिप्रसवे नोपाधिकरूपात्यंतिकनिवृत्तावात्यंतिकं स्वरूपावस्थानं प्रतिप्रसवस्तस्य
मुख्यानन्निरोधसमाधिसंस्कारमनसि लीयंते मनोऽस्मितायामस्मिता महति महान्
प्रधान इति चित्तगुणानां प्रतिप्रसवः प्रतिसर्गः स्वकारणे लयः ननु जीवन्मुक्तस्य बुद्ध्या
नेत्रा हं शोकं महतं प्यो हमित्यादिव्यवहारदर्शनात् चित्तादिभिरोपाधिकभाववर्जनात् न
व २ अग्निर्दग्धवस्त्रे स्वरूपश्रुतिः स्यादिति चेन्न संप्रज्ञातसमाधावनुभूतानां संस्कारस्य
निरोधसंस्कारस्य च तदानीं सत्वात् नाभ्यां च बुभुत्स्यमानसंस्कारस्य दग्धबीजकल्पत्वा
त् बुभुत्स्यान्व्यवहारस्यातात्त्विकत्वनिश्चयात् आतात्त्विकान्यथाभावस्य विकारत्वाप्रयो
जकत्वात्

९२ अम्लेन दुग्धस्य दधिभाववत् तात्त्विक इति दृष्टान्तवैषम्याच्च पुरुषस्य तु अन्तःकरणो-
पाधिको हि ब्राह्मणत्वादिधर्मवद्धाद्: स्फटिकस्य जपाकुसुमसंनिधानौपाधिरक्ततेव लौ·
नतात्त्विकः जपाकुसुमापगमे स्फटिकस्य स्वस्वरूपावस्थितिवत् अन्तःकरणात्यन्तिक-
लयनिरोधे स्वस्वरूपावस्थितिरत एव पुरुषस्य २

या   समाधिपर्यायान्विशेषेणाह राजयोग इत्यादिना श्लोकद्वयेन ३ । ४ स्पष्टं
त्रिभिः समाधिमाह सलिल इति यद्वत्यथा सैंधवं सिंधुदेशोद्भवं लवणं सलिले

राजयोगः समाधिश्च उन्मनी च मनोन्मनी अमरत्वं लयस्तत्त्वं शून्याशू
न्यं परं पदं ३ अमनस्कं तथाद्वैतं निरालंबं निरंजनं जीवन्मुक्तिश्च सहे
जा तुर्या चेत्येकवाचकाः ४ सलिले सैंधवं यद्वत्साम्यं भजति योगतः
तथात्ममनसोरैक्यं समाधिरभिधीयते ५

जले योगतः संयोगात् साम्यं सलिलसाम्यं सलिलैकाकारत्वं भजति प्राप्नोति
तथा तद्वत् आत्मा च मनश्च आत्ममनसी तयोः आत्ममनसोः ऐक्यं एकाकारता
आत्मनि धारितं मनः आत्माकारं सदात्मसाम्यं भजति तादृशमात्ममनसो
रैक्यं समाधिः अभिधीयते समाधिशब्देनोच्यत इत्यर्थः ५

त्मनि स्थितस्या ५

९३ यदा संक्षीयत इति यदा यस्मिन्काले जितप्राणस्य योगिनः कुंभककाले प्राणः शरीरांतर्व
र्तीवायुः कुंभकेन निरुद्धवृत्तिकः प्राणः क्षीण इत्युच्यते संक्षीयते मन्दक्षीणो भवति मा
नसं च मनोपि प्रलीयते प्रकर्षेण लयं प्राप्नोति आत्मनि स्थितस्य मनस आत्मा त्मकारतो ल
ब्धः तदा तस्मिन्काले समरसत्वं एकाकारत्वं [illegible] न
नस[illegible]त्माकारपरिणामेनात्माकारत्वं जपाकुसुमस्य स्फटिकस्य जपाकुसुमा

यदा संक्षीयते प्राणो मानसं च प्रलीयते तदा समरसत्वं च समाधिरभिधीयते ६

कारत्ववत् तथा च पातंजले सूत्रं क्षीणवृत्तेरभिजातस्येव मणेर्ग्रहीतृग्रहणग्राह्येषु
तत्स्थतदंजनता समापत्तिः चकारेण समरसत्वस्य ध्येयं समुच्चीयते अत एव पातंज
लभाष्ये विक्षिप्ते चेतसि विक्षेपोपसर्जनीभूतः समाधिर्न योगपक्षे वर्तत इत्युक्तं इत्थं च
आत्माकारमनोवृत्तेः स्थिरीभावः समाधिरभिधीयत इत्यर्थः उक्ताभ्यां द्वाभ्यां श्लो
काभ्यां संप्रज्ञातः समाधिरुक्तः सम्यक्संशयविपर्ययरहितत्वेन प्रज्ञायते प्रकर्षेण

 ९३

पुंल्लिंगत्वाद् समाधेर्विशेषणं

यदोक्तं तथानुभूयते भावस्य स्वरूपमनेनेति संप्रज्ञातः समाधिर्भावनाविशेषः भावनाच भा
व्यस्य विषयांतरपरिहारेण चेतसि पुनःपुनर्निवेशनं संप्रज्ञातः सालंबनः सबीजोऽलयप
तेसंप्रज्ञातस्य प्रसिद्धाः पर्यायाः ६ तत्सममिति तत्समं एवोक्तं समं द्वयोः उभयोः जीवा
त्मांतःकरणोपहितचैतन्यं परमात्मा सच्चिदानंदलक्षणो देशकालवस्तुपरिच्छेदरहि
तश्चैतन्यं तयोरैक्यं अभेदः ऐक्यं विशिनष्टि प्रनष्टसर्वसंकल्पमिति प्रकर्षेण नष्टा निरुद्धाः
सर्वे ध्यातृध्यानध्येयादिरूपाः संकल्पाः सम्यक्कल्पनाः यस्मिन्नेतादृश ऐक्यं सः

तत्समं च द्वयोरैक्यं जीवात्मपरमात्मनोः प्रनष्टसर्वसंकल्पः समाधिरभिधीयते ७ श्लो॰ १

योगशास्त्रप्रसिद्धः समाधिः निर्बीजः समाधिः अभिधीयते कथ्यते तथाच पातंसूत्रं तस्या
पि निरोधे सर्वनिरोधान्निर्बीजः समाधिरिति अनेनासंप्रज्ञातः सविकल्पः अन्वर्थत्वाय
न किमपि सम्यक् ध्यातृध्यानध्येयत्वादि ज्ञायते प्रज्ञायते यस्मिन्नित्यसंप्रज्ञातः अ
संप्रज्ञातो निरालंबो निर्बीजो राजयोगो निरोध इत्येते असंप्रज्ञातस्य प्रसिद्धाः पर्यायाः ७

१४ अथ राजयोगप्रशंसा राजयोगस्येति राजयोगस्यांतरंगस्य माहात्म्यप्रभावं तत्त्व-
तः वस्तुतः कोवा जानाति न कोपि जानातीत्यर्थः तत्त्वतो वक्तुमशक्यत्वेप्येकदेशेन राज-
योगप्रभावमाह ज्ञानं स्वस्वरूपापरोक्षानुभवः मुक्तिर्विदेहमुक्तिः स्थितिर्निर्वि-
कारस्थितिरूपा जीवन्मुक्तिः सिद्धिरणिमादिर्गुरुवाक्येन गुरुवचसा लभ्यते रा-
जयोगादिति शेषः ८ दुर्लभ इति विषयत्वं वस्तु बध्नेति प्रमातारं स्वसंजोनेति विष

ना१ राजयोगस्य माहात्म्यं को वा जानाति तत्त्वतः ज्ञानं मुक्तिः स्थितिः सिद्धिर्गुरुवाक्ये-
न लभ्यते ८ दुर्लभो विषयत्यागो दुर्लभं तत्त्वदर्शनं दुर्लभा सहजावस्था
सद्गुरोः करुणां विना ९ दुर्लभः

याः ऐहिका दारादयः आमुष्मिकाः सुधादयः तेषां त्यागो भोगेच्छाभावः तत्त्व-
वः दर्शनं आत्मापरोक्षानुभवः दुर्लभं सहजावस्था तुर्यावस्था सद्गुरोः हरिस्थितापद
करुणां दयां विनेति सर्वत्र संबध्यते दुर्लभा लब्धुमशक्या दुःस्थात्कथं निव
धयोरिति को वा गुरुकृपया तु सर्वं सुलभमिति भावः ९

विविधैरिति विविधैरनेकविधैरासनैर्मत्स्येंद्रादिपीठैः विचित्रैर्नानाविधैः कुंभैः कुं
भकैः विचित्रैरिति काकाक्षिगोलकन्यायेनोभयत्र संबध्यते विचित्रैरनेकप्रकारैः
करणैः हठसिद्धौ प्रकृष्टोपकारकैः महामुद्रादिभिः महाशक्तौ कुंडलिन्यां प्रबुद्धा
यां त्यक्तनिद्रायां सत्यां प्राणो वायुः शून्ये ब्रह्मरंध्रे प्रलीयते प्रलयं प्राप्नोति व्यापाराभा

विविधैरासनैः कुंभैर्विचित्रैः करणैरपि प्रबुद्धायां महाशक्तौ प्राणः शून्ये
प्रलीयते १० उत्पन्नशक्तिबोधस्य त्यक्तनिःशेषकर्मणः योगिनः सह
जावस्था स्वयमेव प्रजायते ११

१० वः प्राणस्य प्रलयः उत्पन्नेति उत्पन्नो जातः शक्तिबोधः कुंडलीबोधो यस्य तस्य [illegible]
तस्य त्यक्तानि परिहृतानि निःशेषाणि समग्राणि कर्माणि येन तस्य योगिनः आ
सनेन कायिकव्यापारे त्यक्ते प्राणेंद्रियेषु व्यापारस्तिष्ठति कुंभकेन प्राणनिरोधे प्रा
णेंद्रियव्यापारे त्यक्ते मनसि व्यापारस्तिष्ठति प्रत्याहारधारणाध्यानसंप्रज्ञातसमा
धिभिः

१५ ह२ सुप्तवत्स्यात् नेतेत्यजेति निःसंगः प्रत्यगात्मवेदित्व

मात्मनि केवल्यापारे त्यक्ते तु द्वैतव्यापाररहिते इति असंगो ह्ययं पुरुष इति श्रुतेरपरिणा

मी शुद्धः पुरुषः सत्वगुणात्मिका परिणामिनी बुद्धिरिति परवैराग्यरूपा दीर्घकाल सं

पा२ प्रज्ञाताभ्यासेनैव बाबुद्धिव्यापाररहितत्वेन निर्विकारत्वरूपावस्थितिर्भवति सैव सहजा

वस्था तुर्यावस्था जीवन्मुक्तिः स्वयमेव प्रयत्नांतरं विनैव प्रजायते प्रादुर्भवति ॥११॥

सुषुम्नावाहिनि प्राणे शून्ये विशति मानसे तदा सर्वाणि कर्माणि निर्मूलय

ति योगवित् १२

सुषुम्नेति प्राणे वायौ सुषुम्नावाहिनि मध्यनाडीप्रवाहिनि सति मानसे अंतःकरणे

शून्ये देशकालवस्तुपरिच्छेदहीने ब्रह्मणि विशति सति तदा तस्मिन्काले योग

वित् चित्तवृत्तिनिरोधज्ञः सर्वाणि कर्माणि संस्काराणि निर्मूलानि करोतीति निर्मू

लयति निर्मूलशब्दात्तत्करोतीति णिच् ॥१२॥

नि२ प्रा२ १५

समाध्यभ्यासेन प्रारब्धकर्मतोप्यभिभवो । जितकालं यो जिनं नमस्करोति अमरा
येति नन्वियत्कालममरत्वं तस्मै अमराय चिरंजीविने तुभ्यं यो जिनेन नमः सोपि दुर्वारो
पि कालो नतु त्वया यो जिना जितोऽभिभूतः इदं वाक्यं नमस्कारो हेतुः सः क
स्य कालस्य वदने मुखे पतत् दृश्यमाने चराचरस्थावरजंगमे जगत् संसारः पति
अमराय नमस्तुभ्यं सोपि कालस्त्वया जितः पतितं वदने यस्य जगदेतच्चराच
रं १३ चित्ते समत्वमापन्ने वायौ व्रजति मध्यमे तदामरोली वज्रोली सहजो
ली प्रजायते १४
ते सोपि जगद्भक्षको इत्यर्थः १३ पूर्वोक्तममरोल्यादिकं समाधिसिद्धावेव सिध्यतीति स
१२ माधिनिरूपणाज्जेते समाधिसिद्धौ तत्सिद्धिमाह चित्त इति चित्ते तः करणे समत्वं
ध्येयाकारवृत्तिप्रवाहरूपत्वमापन्ने प्राप्ते सति वायौ प्राणे मध्यमे सुषुम्नामार्गे व्रज
ति सतीति चित्तसमत्वे हेतुः तदा तस्मिन्काले अमरोली वज्रोली सहजोली च
पूर्वोक्ता प्रजायते नाजितप्राणस्य न चाजितचित्तस्य सिध्यतीति भावः १४
सं १

१२

१६ हठाभ्यासं विना ज्ञानं मोक्षं च न सिध्यतीत्याह ज्ञानमिति यावत्प्राणो जीवति प्र
विशद्बाह्येंद्रियात्प्राणो जीवति न तु म्रियते यावत् मनो न म्रियते किं तु जीवत्येव इडा
पिंगलाभ्यां वहनं प्राणस्य जीवनं स्वस्वविषयग्रहणमिंद्रियाणां जीवनं नानाविष
याकारवृत्त्युत्पादनं मनसो जीवनं तत्तदभावस्तन्मरणं मनइंद्रियस्मिन न तु स्वरूप
नाशो नाशः तावत् मनसि शुद्धांतःकरणे ज्ञानमात्मापरोक्षानुभवः कुतः संभवति

ज्ञानं कुतो मनसि संभवतीह तावत्प्राणोपि जीवति मनो न म्रियते न यावत्
प्राणो मनो द्वयमिदं विलयं नयेद्यो मोक्षं स गच्छति नरो न कथंचिदन्यः १५

न कुतोपि प्राणेंद्रियमनोवृत्तीनां ज्ञानप्रतिबंधकत्वादिति भावः प्राणो मनश्चेदं
द्वयं यो योगी विलयं नाशं नयेत् सः मोक्षं आत्यंतिकस्वरूपावस्थानलक्षणं गच्छ
ति प्राप्नोति बृहदारण्यके निर्व्यापारावस्थितिः प्राणस्य लयः ध्येयाकारावृत्त्या हीयांतरे ५२
म तावृत्तिशून्येन मनसो लयः अन्यः अलीनप्राणो लीनमनाश्च कथंचित् उपाय
शतेनापि न मोक्षं प्राप्नोतीत्यर्थः तदुक्तं योगबीजे नानाविधैर्विचारैस्तु न साध्यं जी १६

१९८

पतेमनः तस्मात्तत्स्वजयोपायः प्राणायाम एवेहीति नावकाशोऽ: दुःप्रापे केवल्यं परमं
पदं सिद्धमार्गेणालभ्यैतेनात्मयाशिवमाप्तिं न त्वितिच सिद्धमार्गो योगमार्गः एतेन
योगेविनाज्ञानेनमोक्षस्यकस्मिन्नपीति निसिद्धं श्रुतिस्मृतीतिहासपुराणादिषु वे
दप्रसिद्धं तथाहि अध्यात्मदर्शी नात्मसुपायो योग इति तद्दर्शनमात्मदर्शनं अध्यात्मयोगा
धिगमेन देवं मत्वा धीरो हर्षशोकौ जहातीति श्रुतिः प्रभा कि ध्यानयोगाद्वहि इति यदा पं
चावतिष्ठन्ते ज्ञानानि मनसा सह बुद्धिश्च न विचेष्टति तामाहुः परमां गतिं तां योगमि
ति मन्यन्ते स्थिरामिन्द्रियधारणां अप्रमत्तस्तदा भवति इति यदात्मतत्त्वेन तु ब्रह्मत
त्वं दीपोपमेनेह युक्तः प्रपश्येत अजं ध्रुवं सर्वतत्त्वैर्विशुद्धं ज्ञात्वा देवं मुच्यते सर्वपाशैः
र्वै
ब्रह्मसोत्वामह से क्षोमित्यात्मानं युंजीत इति त्रिरुन्नतं स्थाप्य समं शरीरं हृदी
न्द्रियाणि मनसा सन्निवेश्य ब्रह्मोडुपेन प्रतरेत विद्वान्स्रोतांसि सर्वाणि भय
यावहानि इति ओमित्येवं ध्यायथ आत्मानं इत्याद्याः श्रुतयः
३ त्रिरुन्नतं स्थाप्य समं शरीरं २

पतिधर्मं प्रकरोति मनुः भूतभावान्नवेक्षेत योगेन परमात्मनः देहद्वयं विहायाशु मुक्तो
भवति बंधनात् याज्ञवल्क्यस्मृतौ इज्याचारदमाहिंसादानस्वाध्यायकर्मणां अयंतु
परमो धर्मो यद्योगेनात्मदर्शनं महर्षिमातंगः अग्निहोत्रादिकान्सर्वान् विहाय द्वि
जसत्तमः योगाभ्यासरतः शांतः परं ब्रह्माधिगच्छति ब्राह्मणक्षत्रियविशां स्त्रीशूद्रा
णां च पावनं शांतये कर्मणामन्यद्योगान्नास्ति विमुक्तये दक्षस्मृतौ व्यतिरेकमुखे
नोक्तं स्वसंवेद्यं हि तद्ब्रह्म कुमारीस्त्रीसुखं यथा अयोगी नैव जानाति जात्यंधो
हि यथा घटं इत्याद्याः स्मृतयः महाभारते योगमार्गप्रसंगे व्यासः अपि वर्णावकृ
ष्टस्तु नारी वा धर्मकांक्षिणी तावप्येतेन मार्गेण गच्छेतां परमां गतिं यदि वा सर्वधर्म
ज्ञो यदि वाप्यकृती पुमान् यदि वा धार्मिकः श्रेष्ठो यदि वा पापकृत्तमः यदि वा पुरुषव्या
घ्रो यदि वा क्लैब्यधारकः तरत्येव महादुःखं जन्ममरणसागरं अपि जिज्ञासमानोपिश
ब्दब्रह्मातिवर्तते इति भगवद्गीतायां युंजन्नेवं सदात्मानं योगी नियतमानसः

ष्ठां तिनिर्वाणपरमां मत्संस्थामधिगच्छति यत्सांख्यैः प्राप्यते स्थानमित्यादि च
आदित्यपुराणे योगात्संजायते ज्ञानं योगो मय्येकचित्तता स्कंदपुराणे आत्म
ज्ञानेन मुक्तिः स्यात्तच्च योगादृते न हि स च योगश्चिरं कालमभ्यासादेव सिध्यति
कूर्मपुराणे शिववाक्यं अतः परं प्रवक्ष्यामि योगं परमदुर्लभं येनात्मानं प्रपश्यं
ति भानुमंतमिवेश्वरं योगाग्निर्दहति क्षिप्रमशेषं पापपंजरं प्रसन्नं जायते
ज्ञानं ज्ञानान्निर्वाणमृच्छति गरुडपुराणे तपोभिस्तैस्तमतिमान् यथा स्यान्नि
र्वृतिः परा योगेन लभ्यते सा तु न चान्येन तु केनचित् भवतापप्रतप्तानां योगो हि
स्य परमौषधं परावरप्रसक्तानां धीर्यन्निर्वेदसंभवा स च योगाग्निना दग्धसमस्तक्ले
शसंचयः निर्वाणं परमं नित्यं प्राप्नोत्येव न संशयः संप्राप्तयोगसिद्धिस्तु पूर्णो
यत्वात्मदर्शनात् न किंचिद् दृश्यते कार्यं तेनैव सकलं कृतं आत्मारामः सदा
पूर्णः सुखमात्यंतिकं गतः अतस्तस्यापि निर्वेदः परानंदमयस्य च तपसा भा

९८

विताप्मानो योगिनः संयतेंद्रियाः प्रतरंति महात्मानो योगेनैव महार्णवं विष्णुध
र्मः प्रवृद्धः परः सर्वभूतानां स्वर्गीणामपुपकारकं अपिकीटपतंगानां तन्नः श्रेयः प
रंवद इत्युक्तः कपिलः पूर्वं देवैर्देवर्षिभिस्तथा योग एव परं श्रेयस्तेषां हि श्रुतौ वा
त्पुरा वासिष्ठे दुःसहातमसंसारविषवेगविषूचिका योगगारुडमंत्रेण पा
वेनोपशाम्यति ननु तत्वमस्यादिवाक्यैरपरोक्षप्रमासंभवतीति किमर्थमाति प
श्रमसाध्यो योगप्रयासः कार्यः॥ नच वाक्यजन्यज्ञानस्यापरोक्षत्वे प्रमाणाभावः इति वाच्यं॥ तत्त्वमस्या
दिवाक्यजन्यं ज्ञानमपरोक्षं अपरोक्षविषयकज्ञानत्वात् सुखघटादिप्रत्यक्षवदित्यनुमानस्य प्रमाणत्वात्॥ नच वि
षयगतापरोक्षत्वस्य दुर्निरूपत्वादहेत्वसिद्धिरिति वाच्यं॥ अज्ञानाविषयचित्तन्तादात्म्यापन्नत्वान्यतररूपस्य
तस्य सुनिरूपत्वात्॥ यथा हि घटादौ चक्षुःसंनिकर्षेणान्तःकरणवृत्तिनिर्दशायां तेनावच्छिन्नचैतन्याज्ञाननि
वृत्तौ तच्चैतन्यस्याज्ञानाविषयत्वे तद्घटस्याज्ञानाविषयचैतन्यतादात्म्यापन्नत्वं वापरोक्षत्वं तथा तत्त्वमस्या
दिवाक्यजन्यसुखचैतन्याकारांतःकरणवृत्त्युत्पत्तौ सत्यां तदज्ञानस्य निवृत्तत्वेन चैतन्यस्याज्ञानाविषयत्वात्
चैतन्यस्यापरोक्षत्वमिति न हेत्वसिद्धिः॥ नचाप्रयोजकत्वं॥ अज्ञानगतापरोक्षत्वं नास्ति अपरोक्षविषयकत्वेन ।

प्रयोजकत्वात्॥ नचेन्द्रियजन्यत्वं मनस इन्द्रियत्वाभावेन सुखादिप्रत्यक्षे व्यभिचारात्॥ अथैवमेकेकभेदेनैवान्या
भिन्नतयाभासमानत्वं विषयस्यापरोक्षत्वं॥ अभिव्यक्तत्वं चानिवृत्तावरणकत्वं॥ परोक्षस्थलेपि स्वलेशावरणोद्भ
भावान्नातिव्याप्तिः॥ सर्वोऽपि ह्यमनस्त्वेन दोषवन्नस्तु नायं सर्पः किंतु रज्जुरिति निश्चयेन अयमर्थो निश्चितो नावरणं नि
वर्तयतीति न तत्परोक्षएव विषयः वेदान्तवाक्यजन्येन च ज्ञानेनावरणनिवर्तकत्वात्परोक्षमेव॥ मननादेः पूर्वंतु
सन्तं परोक्षज्ञाननिवर्तकप्रमाणासंभावनादिदोषसामान्याभावे च विशिष्टस्येन न स्थाननिवर्तकत्वात्॥ किंच
नि ६ तं त्वौपनिषदं पुरुषं पृच्छामीति श्रुतिरपि न समुपनिषन्मात्रगम्यत्वं योगगम्यत्वे नुपपन्नं स्यात्॥ तस्मात्तत्त्वमस्या
दिवाक्यादेवापरोक्षमिति चेन्न॥ अनुमानस्याप्रयोजकत्वात्॥ न च प्रत्यक्षप्रमितेनिरुक्तापरोक्षविषयक
त्वेन प्रयोजकत्वात्तन्मूलकत्वेन प्रयोजकत्वशंका निरस्तेति वाच्यं॥ लाघवात् ज्ञानजन्यप्रत्यक्षसामान्यं प्रति
इन्द्रियत्वेन कारणतया तज्जन्यत्वस्यैव प्रयोजकत्वात्॥ नित्यानि त्वसाधारणप्रत्यक्षत्वे तु न किंचित् प्रयोज
कमिति॥ तन्मते तु प्रत्यक्षविशेषे इन्द्रियकारणं न तु विशेषेषु शब्दविशेषु इति कार्यकारणभावद्वयं स्यात्॥
न च मनसोऽनिन्द्रियत्वं॥ मनस इन्द्रियत्वे बाधकाभावात्॥ इन्द्रियाणां मनोनाथ इति तु मनुष्यमेवोदिन्द्रियसम
नुष्याणामयं राजेत्यादिवत् इन्द्रियेषु किंचिदुत्कर्षप्रयोजनेन न तु तस्यानिन्द्रियत्वं॥ तत्त्वं च पदत्वं ढोपाधि

कर्मेन्द्रियं तु वाक्पाण्यादि मनो नेत्रादि धीन्द्रियमिति १ च१

विशेषणत्वा ।। अत एवैं प्रत्यक्षं स्यादैन्द्रियकमप्रत्यक्षमनीन्द्रियमिति शास्त्रं प्रमाणम् । न चैवं शब्दोपि इन्द्रियप्रमाणकु
ज्ञानं स्यात् प्रत्यक्षत्वं यद्वन्मनसः इन्द्रियत्वज्ञापकः सगच्छते ।। इन्द्रियाणि दशैकं चेति गीतावचनमपि च मनस इन्द्रि स२
यत्वे प्रमाणं ।। किं च सुखमस्यादिवाक्यजन्यं ज्ञानं शाब्दं स्यात् जन्यत्वात् यजेतेत्यादिवाक्यजन्यज्ञानवदित्यनेनापि
त्व ४ शास्त्रविरोधिशास्त्रसाधकेन सत्प्रतिपक्षः ।। न चेदमप्रयोजकं ।। शाब्दं प्रत्येव शाब्दस्य जनकत्वेन लाघवमूलका
नुकूलतर्कात् ।। आत्मनेतरशब्दादपि प्रत्यक्षस्वीकारेण कार्यकारणभावद्वयकल्पने गौरवं ।। अपि च मननानिदि
ध्यासनाभ्यां पूर्वं मुमुक्षुसमन्नेन वामनेऽपरोक्षमपि नात्मज्ञानं निवर्तेत किं मिथ्याज्ञानं निवृत्तिमिथ्याप्रतिबन्धज्ञानते
नैव हेतुत्वमिति गौरवं ।। मनस्तु समाधिध्यानपरिपाकेनासंभावितादिसकलमलरहितेनान्तःकरणेनात्म ना७
निरीक्षणसिद्धिमात्रादेना ज्ञाननिष्ठत्वेन कथंचित् गौरवाभ्युपगमः ।। एतस्य वेदपुनस्तेषु प्रत्यक्षप्रकाश
उप४ ते ।। दृश्यते त्वग्र्यया बुद्ध्या सूक्ष्मया सूक्ष्मदर्शिभिः ।। यत्तु बाह्यमनसा भाष्यत इत्यात्म्याज्ञाने पूर्वके नम
द्युतेस्तात्प्रत्यनन्यतयेन कण्ठपुटेस्वमद्वपदेशेन संमतो मनः परिणतेन कश्चिद्वाद्युपादानं ।। यदि
श्रवणादेः एवं श्रवणजन्यं ज्ञानं परोक्षमेवेति नामोति बन्धखण्डनगौरवमिति निरस्तमादियते ।। न चोपनिषद्
णादिभिः मनः संस्कारे सिद्धे अन्यथा हितो ततस्मात् मद्दर्शने संभवात्तदन्तरवाक्यस्मरणादिकस्य मनस
मिद्रव्य४

द्रेरवापादकमेव॥ नचतु न वयं केवलेन तर्केण शास्त्रजन्यज्ञानस्यापरोक्षत्वमवदाम किंतु श्रुत्यापि॥ तथाहि तं त्वौपनि
षदं पुरुषं पृच्छामीति श्रुतावौपनिषदत्वं पुरुषस्यौपनिषज्ञान्यप्रमाणावेद्यत्वमात्रं प्रत्यक्षादिगम्यत्वे यौ
पनिषदत्वव्यवहारापत्तेः॥ यथाहि द्वादशकपालेष्वष्टानां कपालानां सत्त्वेपि द्वादशसंख्यातेनाष्टाकपाला
दिव्यवहारो वैरः यथा वाहि ध्रुवादावैकध्यादिव्यवहारः तथा वापि नान्यत्र तथाव्यवहार इति उपनिषन्मात्रगम्य
त्वमेव प्रत्यक्षायार्थः॥ नच मनोगम्यत्वेनुपपन्नमिति चेन्न॥ नहि मनस्येनोपनिषत्वाभिन्नं सर्वेकारणत्वेन
व्यावर्त्यते॥ शास्त्रापरोक्षवादिनां तथापि आत्मापरोक्षे मनःप्रभृतीनां कारणत्वस्यांगीकारात्॥ किंतुप
रणादिशास्त्रांतरमेव॥ श्रोतव्यः श्रुतिवाक्येभ्यः इति स्मरणात् तदर्थोमननादिसंमतइति नाकिंचिदेतत्॥
प्रमाणांतरस्याप्रवृत्तौ तात्पर्यकल्पनं चात्मापरोक्षे शास्त्रस्य प्रमाणत्वे सिद्धे एव युक्तमुचितं॥ शास्त्रांतरस्याप्र
तितात्पर्यं तु श्रुत्यादि संमतत्वात् कल्प्यमपि तदुत्तमाश्रितमेव॥ एवं चाल्लितेमननसेव्यतु द्रष्टव्यं मननसेवेदमान्य
मित्यादिश्रुतेनयोव्यांगस्यैव मातिवादिनाभ्युपेत्य॥ यत्तु केचिदुक्तं दर्शनविकल्पं प्रति मनो मात्रस्योपादा
नत्वपरपरयैतान्मनेयोनाविरुद्धंतत्वमिति॥ तदनीतविचारादसहं॥ यतः प्रमाणकांक्षायां प्रत्यक्षालाः कथं तु

वाद्यानपराभवेयुः कामः संकल्पो विचिकित्सेत्यादिश्रुत्यासारधारणधासर्वासां वृत्तीनां मनोमात्रोपादानक
त्वेबोधितेऽप्याकाङ्क्षाभावेनोपादानतात्पर्यकत्वेन वर्णयितुं कथं शक्येरन्।। एवं द्वितीयवस्थापि प्रणयस्य अस
नीधकस्येनोक्तेस्तस्याप्यपरोक्षत्वहेतुत्वनिनिःशंकानिवारयितुं [illegible]।। ननु सेवात दृष्टव्यमि[illegible]सा
दिसारधारणवाक्यानीत्येवं वर्णयितुं शक्यानि श्रुतिरित्येतन्मन्दनिरङ्कुशलेन।। वस्तुतस्तु योगिनां समाधौ
दूरस्थितसूक्ष्मपदार्थसाक्षात्कारे शास्त्रप्रसिद्धं न परोक्षं न दानींपरोक्षसामग्र्यभावात्।। नापिस्मरणं तेषां पूर्वं
स्तान विशिष्यानुभवात्।। नापि लब्धा दृष्टसाक्षित्वं भ्यप्रसिद्धत्वात्।। नान्यप्रमाणकं प्रमाणसामान्यैक
रणनियमात्।। नापि चक्षुरादिजन्यं तेषामसंनिकर्षात्।। तस्मात्मानसिकीमेव साक्षात्कृतिमनस
इन्द्रियत्वं प्रमाणत्वं च दुरपह्नवमेवेति।। येपि योगसुखयोः समुच्चयं कल्पयन्ति तेषामपि स्वर्गोत्कृष्ट
लाभस्य दूरत एव।। तस्मात् योगजन्यसंस्कारसचिवमनोमात्रगम्य आत्मेति सिद्धं।। ननु च का
मिनीभावनया तो व्यवहितकामिनीसाक्षात्कारस्येव भावनाजन्यत्वेनात्मसाक्षात्कारस्या
प्रमात्वप्रसंगः अबाधितविषयत्वात् दोषजन्यत्वाभावाच्च कामिनीसाक्षात्कारस्य १००

नुमाधितविषयत्वाद्दोषजन्यत्वाच्चाप्रामाण्यं न भावनाजन्यत्वात् नचभावनासम
धेर्ज्ञानजनकत्वे प्रमाणान्तरापातः तस्या मनःसहकारित्वात् प्रमाणानिरूपणा
निपुणैर्नैयायिकादिभिरपि योगजप्रत्यक्षस्यालौकिकप्रत्यक्षेन्तर्भावः कृतः यो
गजालौकिकसंनिकर्षेण योगिनो व्यवहितविप्रकृष्टसूक्ष्मार्थमात्मानम
पि यथार्थं पश्यंति तथा च पातंजले सूत्रे ऋतंभरा तत्र प्रज्ञा श्रुतानुमानप्रज्ञाभ्या
मन्यविषया विशेषार्थत्वात् तत्र समाधौ या प्रज्ञा सा ऋतं सत्यमेव पुरुषयोर्बिभ प
र्तीति ऋतंभरेति प्रथमसूत्रार्थः सा समाधिप्रज्ञा श्रुतानुमानप्रज्ञाभ्यां श्रुतेऽत्र वर्ण
शाब्दबोधः अनुमानेन अनुमाने लौकिके ज्ञाने तद्रूपप्रज्ञाभ्यां अन्यविषयाऽति
रिक्तविषया कुतः विशेषार्थत्वात् विशेषो निर्विकल्पो बोधो विषयो यस्याः सा तथा
तस्या भावस्तथात्वं तस्मात् शब्दस्य पदार्थतावच्छेदकपुरस्कारेणैवानुमानस्य व्या
पकतावच्छेदकपुरस्कारेणैव धीजनकत्व नियमेन तद्ग्रहणामोऽप्यविशेष

क१

१०१

मात्रपरत्वात् इत्यर्थः अत्र वादरायणाकृते भाष्ये श्रुतमागमविज्ञानं तत्सामा-
न्यविषयं नह्यागमेनत्राक्याविरोधोभिधानं कस्मात् नहिविरोधेनाकृतसंके-
तः शब्दइत्याद्युपसमाधिप्रज्ञानिर्ग्राह्य एवसविरोधोभूतसूक्ष्मगतोवापुरुषग-
तोवेति योगबीजे ज्ञाननिष्ठोविरक्तोपिधर्मज्ञोपिजितेंद्रियः विनायोगेनदे-
वोपिनमोक्षंलभतेप्रिये किंच तदेवसक्तः सहकर्मणैतिलिंगमनोयत्रनिषक्त-
मस्यैतिश्रुतेः कारणगुणात्संगोस्यसदसद्योनिजन्मसुइतिस्मृतेश्चदेहावसानस-
मयेयत्रयत्रगाढोहोभवतितान्येवभोगिजीवःप्राप्नोतीतियोगहीनस्यजन्मांतरस्या-
दैवंभरणसमयेसंभूतस्यवैलक्षण्यस्यायोगिनावारयितुमशक्यत्वात् तदुक्तंयो-
गबीजे देहावसानसमयेचित्तेयद्यद्विभावयेत् तत्तदेवभवेज्जीवइत्येवंजन्मका-
रणं देहान्तेकिंभवेज्जन्मतन्नजानंतिमानवाः तस्माज्ज्ञानंचवैराग्यंजप्यश्च के-
वलश्रमः पिपीलिकायदालग्नादेहेध्यानाद्विमुच्यते असौकिंवृश्चिकैर्दष्टो
देहान्तेवाकथंसुखी ॥

१ तद्रूके भगवतां प्रयाणकाले मनसाचलेन भक्त्या युक्तो योगबलेन चैव ध्यानादिना २ ज्ञानेनैवका चद्दृ
द्वितीये ना व्युत्पत्यादि सुलभ १ २ वीक्यविचारजन्यज्ञा २

यागिनां तु योगबलेन तत्काले ध्यानभावनया मोक्ष एवेति न स्यात् अन्यथा नरं । न च तत्त्व
मस्यादिवाक्यस्यापरोक्षज्ञानाजनकत्वेन तद्विचारस्य वैयर्थ्यमेवेति शंक्यं न स्य योग
२१२ द्वारा परोक्षज्ञानसाधनत्वात् अत्र च योगबीजे गौरीश्वरसंवादो महानास्ति ततः किंचि
लिख्यते देव्युवाच ज्ञानिनस्तु मृता ये वै तेषां भवति कीदृशी गतिः कथय देवेश
कारुण्यामृतवारिधे । ईश्वर उवाच देहान्ते ज्ञानिनः पुण्यपापात्फलमाप्यते या
दृशं तु भवेत्तत्तद्भुक्त्वा ज्ञानी पुनर्भवेत् पश्चात्पुण्येन लभते सिद्धेन सह संगतिं ततः
सिद्धस्य कृपया योगी भवति नान्यथा । ततो नश्यति संसारो नान्यथा शिवभाषितं दे
व्युवाच ज्ञानादेव हि मोक्षं च वदन्ति ज्ञानिनः सदा न कथं सिद्धयोगेन योगः किं मोक्षदो
भवेत् ईश्वर उवाच ज्ञानेनैव हि मोक्षोपि तेषां वाक्यं तु नान्यथा सर्वे वदन्ति खड्गेन
जयो भवति तर्हि किं विना युद्धेन वीर्येण कथं जयमवाप्नुयात् तथा योगेन रहितं ज्ञानं
मोक्षाय नो भवेत् ननु जनकादीनां योगं विनैव अप्रतिबद्धज्ञानमोक्षयोः श्रवणा
त्कथं योगादेवाप्रतिबद्धज्ञानमोक्षश्चेति चेत् उच्यते तेषां पूर्वजन्मानुष्ठितयोगजसं

२०६

१०२ स्कारद्वारा न प्राप्तिरिति पुराणादौ श्रूयते तथा हि जैगीषव्योऽसप्या विप्रो यथा चैवा
सितादयः क्षत्रिया जनकाद्यास्तु तुलाधारादयो विशः संप्राप्ताः परमां सिद्धिं पूर्वाभ्य
स्तस्वयोगतः धर्मव्याधादयः सप्त शूद्राः पैलवकादयः मैत्रेयी सुलभा शार्ङ्गी शांडि
ली च तपस्विनी एते चान्ये च बहवो नीचयोनिगता अपि ज्ञाननिष्ठां परां प्राप्ताः
पूर्वाभ्यस्तस्वयोगत इति किंच पूर्वजन्मानुष्ठितयोगाभ्यासपरिपाकात् केचि
द्गर्भत्वे केचिद्बालत्वे केचिद्वृद्धत्वे केचिद्युवत्वे केचिन्मुनित्वे केचिद्रूपत्वे
च प्राप्ताः सन्तस्तत्त्वदेशान्तरे तौ वात्मसाक्षात्कारवन्तो बभूवुः यथा हिरण्यगर्भ
वसिष्ठनारदसनत्कुमारवामदेवशुकादयो जन्मसिद्धा इत्येवं पुराणादिषु श्रूयते ता
पर्हि कालेन एव मोक्षाधिकारीति श्रूयते पुराणादौ तदयोगिपरं तदुक्तं गुरुणा गारौ रू
योगाभ्यासोन्मुक्तानां बहूनां नास्ति जन्मान्तराणि ततः योगस्य प्रारब्धेन शीघ्रं स्वर्गैश्वर्यादिकं भुक्त्वा
लीत्वा कृत्वा स्वर्गमिति ततो ब्रह्मपदमाप्नुयात् ततश्च क्षत्रियो विप्रः क्रियाहीनस्ततो भवेत्
अनूचानस्ततो यज्वा कर्मन्यासी ततः परं ततो ज्ञानी नित्यमुक्तिरिति योगी मुक्तिं क्रमाद्भवेदिति
इत्युक्तं स्वर्गैश्वर्यादिकं भुक्त्वा योगी भूत्वा मुक्तिं लभेदित्यर्थः इत्थं च योगे सर्वाधिकारः श्रवणादौ
मात्यन्तं तत्त्वज्ञाने न सर्वे एव मुच्यन्त इति सिद्धं योगिनस्तु भ्रष्टस्यापि न शूद्रादिकं भवः १०२

-२१८-

नर

शुचीनां श्रीमतां गेहे योगभ्रष्टोऽभिजायते अनुवाद्योऽजिनामेवेत्यादि भगवद्वचनादित्यलं १५

नर प्राणमनसोर्लयं विना मोक्षो न सिध्यतीत्युक्तं तत्र प्राणलयेन मनसो विलयः सिध्यतीति तत्र ये र
उपरीति माह ज्ञात्वेति सद्देवसर्वदेवकुस्थाने शोभनस्थाने शुद्धे धार्मिके दे
शे साधुजनेऽलक्ष्यतो स्थिरं निःस्थितिं कृत्वा वसतिं कृत्वेत्यर्थः सुषुम्णामध्यना
डीं तस्याः सद्भेदं शोभनं भेदनप्रकारं ज्ञात्वा गुरुमुखाद्विदित्वा वायुं प्राणं मध्य
गत्वा सुषुम्णासद्भेदं कृत्वा वायुं च मध्यगं स्थित्वा सद्देवकुस्थाने ब्रह्मरंध्रे
निरोधयेत् १६

अं मध्यनाडीसंचारितां कृत्वा ब्रह्मरंध्रे मूर्द्धविकाशे निरोधयेत् नितरां रुद्धं कु
र्यात् प्राणस्य ब्रह्मरंध्रे निरोधो लयः प्राणलये जाते मनोऽपि लीयते तदुक्तं वासि
ष्ठे अभ्यासेन परिस्पंदप्राणानां क्षयमागते मनः प्रशममायाति निर्वाणमवशिष्यते
इति प्राणमनसोर्लयेसति भावनाविशेषरूपसमाधिसहकृतेनांतःकरणेना
[illegible] बाधितसाक्षात्कारो भवति तदा जीवन्मुक्तः पुरुषो भवति १६

नर वै

ल १ प्राणो नैव कालजयो भवतीत्याह सूर्याचंद्रमसाविति सूर्यश्च चंद्रमाश्च सूर्याचंद्रम
१०२ सौ देवताद्वंद्वे चेत्यानङ् रात्रिश्च दिवा च रात्रिंदिवं अचतुरेत्यादिना निपातितः रात्रिं
दिवं च आत्मा स्वरूपं यस्य सः रात्रिंदिवात्मकः तं रात्रिंदिवात्मकं कालं समयं धत्तो वि
धत्तः कुरुतः सुषुम्णा सरस्वती कालस्य सूर्याचंद्रमोभ्यां कृतस्य रात्रिंदिवात्मक
स्य समयस्य भोक्त्री भक्षिका विनाशिका एतत् गुह्यं रहस्यं उदाहृतं कथितं ॥

सूर्याचंद्रमसौ धत्तः कालं रात्रिंदिवात्मकं । भोक्त्री सुषुम्णा कालस्य गुह्य-
मेतदुदाहृतं ॥ १७ ॥

यं भावः सार्धघटिकाद्वयं सूर्यो वहति सार्धघटिकाद्वयं चंद्रो वहति यदा सूर्यो वहति तन्न
दा दिनमुच्यते यदा चंद्रो वहति तदा रात्रिरुच्यते पंचघटिकामध्ये रात्रिंदिवात्मकः का
लो भवति लौकिकाहोरात्रमध्ये योगिनो द्वादशाहोरात्रात्मकः कालो भवति ताद
शकालमानेन जीविनां आयुर्मानं भवति यदा सुषुम्णामार्गेण ब्रह्मरंध्रे वायुर्लीनो भ
वति तदा रात्रिंदिवात्मकस्य कालस्याभावादुक्ता भोक्त्री सुषुम्णा कालस्येति यावद् १०२
व्यवहारः

लरंध्रे वायुः पूर्यते तावद्योगिन आयुर्वर्धते दीर्घकालाभ्यस्तसमाधियोगी पूर्वमेव
मरणकाले ज्ञात्वा ब्रह्मरंध्रे वायुं नीत्वा कालं निवारयति स्वेच्छया देहत्यागं करोती य
ति १७ द्वासप्ततीति पंजरे पंजरवच्छिराभिर्बद्धे शरीरे द्वाभ्यामधिका सप्ततिर्द्वास
प्ततिः द्वासप्ततिसहस्राणि सहस्राणि द्वासप्ततिसहस्राणि नाडीनां शिराणां द्वाराणि वा
प्रवेशमार्गाः संति सुषुम्णाख्या नाडी शांभवी शक्तिरस्ति शंभुरेव भवत्यस्मादुक्ता

द्वासप्ततिसहस्राणि नाडीद्वाराणि पंजरे सुषुम्णा शांभवी शक्तिः शेषास्त्वेव
निरर्थकाः १८

कामिति शंभुरीश्वरस्तस्येयं शांभवी ध्यानेन शंभुप्रापकत्वात् शंभोराविर्भावजनके
त्वाद्वा शांभवी यद्वा शंभुरेव रूपे भवति निष्ठतीति शंभुरात्मा तस्येयं शांभवी चिदभि
व्यक्तिस्थानत्वात् ध्यानेनात्मसाक्षात्कारहेतुत्वाद्वा शेषाः इडापिंगलादयस्तु नि [illegible] १८
रर्थका एव निर्गतोऽर्थः प्रयोजनं येषां ते ताः निरर्थकाः [illegible]
पूर्वोक्तप्रयोजनाभावात्

२०८

वायुरिति यस्मात् परिचितोऽभ्यस्तो वायुः तस्मात् अग्निना जठराग्निना सह कुंडलीं शक्तिं
बोधयित्वा अनिरोधतः अप्रतिबंधात् सुषुम्णायां सरस्वत्यां प्रविशेत् वायोः सुषुम्णा
प्रवेशार्थमभ्यासः कर्तव्य इत्यर्थः १९ सुषुम्णेति प्राणे सुषुम्णावाहिनि सति मनो
न्मनी उन्मन्यवस्था सिद्ध्यत्येव अन्यथा प्राणे सुषुम्णाबाहिन्यसति तु इतराभ्यासाः

वायुः परिचितो यस्मादग्निना सह कुंडली बोधयित्वा सुषुम्णायां प्रविशेदनि
रोधतः १९ सुषुम्णावाहिनि प्राणे सिद्ध्यत्येव मनोन्मनी अन्यथा त्वित
राभ्यासाः प्रयासायैव योगिनां २० पवनो बध्यते येन मनस्तेनैव बध्यते मन
श्च बध्यते येन पवनस्तेन बध्यते २१

सुषुम्णेतरत्वाऽभ्यासाः योगिनां योगाभ्यासिनां प्रयासायैव श्रमायैव भवंतीत्यर्थः २०
पवन इति येन योगिना पवनः प्राणवायुर्बध्यते बद्धः क्रियते तेनैव योगिना मनः ब
ध्यते येन मनः बध्यते तेन पवनः बध्यते मनः पवनयोरेकतरबद्धे उभयबद्धं भ
वतीत्यर्थः ॥२१॥

हेतुद्वयं तु चित्तस्येति चित्तस्य प्रवृत्तौ हेतुद्वयं कारणद्वयमस्ति किं तदित्याह वास
ना भाव नारब्धः संस्कारः समीरणः प्राणवायुश्च तयोर्वासनासमीरणयोः एकस्मि
न् विनष्टे सति क्षीणे सति तौ द्वावपि विनश्यतः क्षयमायातः वासनाक्षये समीर
णचित्ते क्षीणे भवतः समीरणे क्षीणे चित्तवासने क्षीणे भवतः चित्ते क्षीणे समीरणवा
सने क्षीणे भवतः तदुक्तं वासिष्ठे द्वे बीजे रामचित्तस्य प्राणस्पन्दनवासने एकस्मिंश्च तयो

हेतुद्वयं तु चित्तस्य वासना च समीरणः तयोर्विनष्ट एकस्मिंस्तौ द्वावपि विन
श्यतः २२

र्नष्टे क्षिप्रं द्वे अपि विनश्यतः तयोर्व्यतिरेके श्लोकं यावद्विलीनं न मनो न तावद्वासना
क्षयः न क्षीणा वासना यावच्चित्तं तावन्न शाम्यति यावन्न तत्त्वविज्ञानं न तावच्चित्त
संक्षयः यावन्न चित्तोपशमो न तावत्तत्त्ववेदनं यावन्न वासनानाशस्तावत्तत्त्वागमः
कुतः यावन्न तत्त्वसंप्राप्तिर्न तावद्वासनाक्षयः तत्त्वज्ञानं मनोनाशो वासनाक्षय एव

च निश्चयः कारणाभावात् दुःसाध्यानि स्थितान्यतः त्वयस्तेसमं यावन्नस्वैस्तामुहुर्मुहुः
तावन्न तत्त्वसंप्राप्तिर्भवतीत्यपि समाश्रितैः ॥ मन इति यत्र यस्मिन्नाधारे मनः लीयेत वि
पवनस्तत्र तस्मिन्नाधारे लीयते यत्र यस्मिन्नाधारे पवनो लीयते तत्र तस्मिन्ना
धारे मनः विलीयत इत्यन्वयः २३ दुग्धांबुवदिति दुग्धांबुवत् क्षीरनीरवत् संमि

मनो यत्र विलीयेत पवनस्तत्र लीयते पवनो लीयते यत्र मनस्तत्र विलीयते २३
दुग्धांबुवत्संमिलितावुभौ तौ तुल्यक्रियौ मानसमारुतौ हि यतो मरुत्तत्र
मनःप्रवृत्तिर्यतो मनस्तत्र मरुत्प्रवृत्तिः २४

लितौ सम्यङ्मिलितौ तौ उभौ द्वावपि मानसमारुतौ मानसं च मारुतश्च मान
समारुतौ चित्तप्राणौ तुल्यक्रियौ तुल्या समा क्रिया प्रवृत्तिर्ययोस्तादृशौ
भवतः तुल्यक्रियत्वमेवाह यत इति यतः यत्र सार्वविभक्तिकस्तसिः यस्मिन्च
क्रे मरुद्वायुः प्रवर्तते तत्र तस्मिन्चक्रे मनःप्रवृत्तिः मनसः प्रवृत्तिर्भवति य
तः यस्मिन्चक्रे मनः प्रवर्तते तत्र तस्मिन्चक्रे मरुत्प्रवृत्तिः मरुतो वायोः प्रवृ १०५
त्तिः २४

त्तिर्भवतीत्यर्थः तदुक्तं अविनाभाविनौ नित्यं जन्तूनां प्राणचेतसी कुसुमामोदवच्चैते
तिलतैलेऽवस्थिते कुरुतः अविनाशेन कार्यं मोक्षाख्यमुत्तममिति २४ तत्रेति त
योस्तयोर्मनोमारुतयोर्मध्ये एकस्य मानसस्य मारुतस्य वा नाशाल्लयात् अपरस्य
स्य मारुतस्य मानसस्य वा नाशो लयो भवति एकप्रवृत्तेः एकस्य मानस्य मारुत
वा प्रवृत्तेः व्यापारात् अपरप्रवृत्तिः अपरस्य मारुतस्य मानसस्य वा प्रवृत्तिर्व्यापारो
तन्नैकनाशादपरस्य नाशः एकप्रवृत्तेरपरप्रवृत्तिः अध्वस्तयोश्चेन्द्रियव स्त
र्गवृत्तिः प्रध्वस्तयोर्मोक्षपदस्य सिद्धिः २५
भवति अध्वस्तयोः अलीनयोर्मनोमारुतयोः सतोः इन्द्रियवर्गवृत्तिः इन्द्रियसमु
दायस्य स्वस्वविषयप्रवृत्तिर्भवति प्रध्वस्तयोः प्रलीनयोर्मारुतयोः सतोः मोक्षपदस्य
मोक्षाख्यपदस्य सिद्धिर्निष्पत्तिर्भवति तयोर्लये पुरुषस्य स्वरूपेऽवस्थानादित्यर्थः
तत्रापि साध्यः पवनस्य नाशः षडङ्गयोगादिनिषेवणेन मनोविनाशः गुरु
८१. प्रसादान्निमेषमात्रेण सुसाध्य एव योगबीजमूलश्लोकस्याप्युत्तरश्लोकः २५

१०६ रसस्येति रसस्य पारदस्य मनसो मानसस्य स्वभावतः स्वभावात् चंचलत्वं चांचल्यम
स्ति रसः पारदो बद्धश्चेत् मनश्चेत् बद्धं चेत् भूतले पृथ्वीतले किं न सिध्यति सर्वं सि
ध्यतीत्यर्थः २६ तदेवाह मूर्छित इति औषधीविशेषयोगेन गतचापलो रसो मूर्छि
तः कुंभकेन रेचकनिरुद्धो वायुर्मूर्छित इत्युच्यते हे पार्वतीति पार्वतीं संबोध्य ईश्वर
वाक्यं मूर्छितो रसः पारदः वायुः प्राणश्च व्याधीन् रोगान् हरते नाशयति भस्मीभूतो र

रसस्य मनसश्चैव चंचलत्वं स्वभावतः रसो बद्धो मनो बद्धं किं न सिध्यति भूतले २६
मूर्छितो हरते व्याधीन्मृतो जीवयति स्वयं बद्धः खेचरतां धत्ते रसो वायुश्च पार्वति २७

सो बुद्धिरंध्रलीनो वायुश्च मृतः स्वयमात्मना स्वलाभर्थ्येनेत्यर्थः जीवयति दीर्घका
कालं जीवनं करोति क्रियाविशेषेण गुटिकाकारः कृतो रसो बद्धः भ्रूमध्यादौ धारणावि
शेषेण धृतो वायुर्बद्धः खेचरतां आकाशगतिं धत्ते विधत्ते करोतीत्यर्थः तदुक्तं गो
रक्षशतके यद्बिन्दुर्न्नो जनन्येजमन्त्रिभानि दृष्टं तेषु वीरं तरेन त्वं वायुमपं पक्की रसोहि
तेन तत्रैव स्थिरो देवनी प्राणेन त्रुविलाप्य पेचघटिकं वचता न्वितेन धारयेद्यो रवेगमने
करोति यमिनो स्याद्दापुनाधारणेति ॥२७॥ १०६

मनःस्थैर्ये इति मनसः स्थैर्ये सति वायुः प्राणः स्थिरो भवेत् ततो वायुस्थैर्यात् बिंदुर्वी
र्यं स्थिरो भवेत् बिंदोः स्थैर्यात् सदा सर्वदा सत्वं बलं पिंडस्थैर्यं देहस्थैर्यं प्रजायते २८
इंद्रियाणामिति इंद्रियाणां श्रोत्रादीनां मनो नाथः प्रवर्तकः मनोनाथो म
नसो नाथः मारुतः प्राणः मारुतस्य प्राणस्य लयो मनोविलयो नाथः स लयो मनो स्पष्ट
लयः नादमाश्रितः नादे मनो लीयत इत्यर्थः २९ सोयमिति सोयमेव चित्तलय

मनःस्थैर्ये स्थिरो वायुस्ततो बिंदुः स्थिरो भवेत् बिंदुस्थैर्यात्सदा सत्वं पिंड
स्थैर्यं प्रजायते २८ इंद्रियाणां मनो नाथो मनोनाथस्तु मारुतः मारुतस्य
लयो नाथः स लयो नादमाश्रितः सोयमेवस्तु मोक्षाख्यो मास्तु वापि म
तांतरे मनःप्राणलये कश्चिदानंदः संप्रवर्तते ३०

न एव मोक्षाख्यः मोक्षपदवाच्यः मतांतरे अन्यमते मास्तु वा चित्तलयस्य सुषुप्तावपि
सत्वात् मनःप्राणयोर्लये सति कश्चिद् अनिर्वाच्यः आनंदः संप्रवर्तते सम्यक्
प्रवृत्तो भवति अनिर्वाच्यानंदाविर्भावे जीवन्मुक्तिसुखं भवत्येवेति भावः ३०

प्रनष्टेति श्वासश्च निश्वासश्च श्वासनिश्वासौ प्रनष्टौ प्रलीनौ श्वासनिश्वासौ
यस्मिन्सः तथा बाह्यस्य वायोरंतःप्रवेशनं श्वासः अंतःस्थितस्य वायोर्बहिर्निः
सारणं निश्वासः प्रध्वस्तः प्रकर्षेण ध्वस्तो नष्टो विषयाणां शब्दादीनां ग्रहो ग्रह
णं यस्मिन् निर्गता चेष्टा कायक्रिया यस्मिन् निर्गतो विकारोंऽतःकरणविक्रिया य ७
स्मिन् एतादृशो योगिनां लयोंऽतःकरणस्य ध्येयाकारा वृत्तिः जयति सर्वोत्क

प्रनष्टश्वासनिःश्वासः प्रध्वस्तविषयग्रहः निश्चेष्टो निर्विकारश्च लयो
जयति योगिनां ३१ उच्छिन्नसर्वसंकल्पो निःशेषाशेषचेष्टितः स्वाव
गम्यो लयः कोपि जायते वागगोचरः ३२

र्षेण वर्तते ३१ उच्छिन्ना नष्टाः सर्वे संकल्पाः मनःपरिणामाः यस्मिन्सः तथा
निःशेषोऽशेषतो निवृत्तानि निःशेषाण्यशेषचेष्टितानि यस्मिन्स तथा स्वेनैवाव
गंतुं बोद्धुं शक्यः स्वावगम्यः वाचामगोचरोऽविषयः कोपि विलक्षणो
लयः जायते योगिनां प्रादुर्भवतीति ३२

सत्कार्यवादेऽविद्याया कार्यं जातत्वात्

यत्र दृष्टिरिति यत्र यस्मिन् विषये भ्रूमध्ये दृष्टिरन्तःकरणवृत्तिस्तत्रैव लयो भवति भू
तानि पृथिव्यादीनि इन्द्रियाणि श्रोत्रादीनि सनातनानि नित्यानि तेषां जीवभूता
नां प्राणिनां शक्तिर्विद्या द्वे अलक्ष्ये भ्रूमध्ये लयं गते योगिनामिति शेषः ३३
लयमिति लयः लयः इति प्राहुः वदन्ति बहवः लयस्य लक्षणं लयस्वरूपं कीदृशं वदेति
नि२ शेषः पूर्वकं लयस्वरूपमाह अपुनरिति अपुनर्वासनोत्थानात् पुनर्वासनोत्थानाभावात्

यत्र दृष्टिर्लयस्तत्र भूतेन्द्रियसनातनी । सा शक्तिर्जीवभूतानां द्वे अलक्ष्ये लयं गते ३३
लयो लय इति प्राहुः कीदृशं लयलक्षणम् । अपुनर्वासनोत्थानाल्लयो विषयविस्मृतिः ३४
वेदशास्त्रपुराणानि सामान्यगणिका इव । एकैव शांभवी मुद्रा गुप्ता कुलवधूरिव ३५

विषयविस्मृतिः विषयाणां शब्दादीनां वेद्याकारवृत्त्यविषयत्वं विस्मृतिर्लयः लय
शब्दार्थ इत्यर्थः ३४ वेदेति वेदाश्चत्वारः शास्त्राणि षट् पुराणान्यष्टादश सामान्यग
णिका इव वेश्या इव सकलगम्यत्वात् एकैव शांभवी मुद्रैव कुलवधूरिव कुलस्त्रीव
गुप्ता पुरुषविशेषगम्यत्वात् ॥ ३५ ॥

बहुपुस्तक २

१०८ चित्तलयात्प्राणलयसाधनीभूतां मुद्रां विवक्षुस्तत्र शांभवीमुद्रामाह अंतर्लक्ष्यमिति
अंतः आधारादिब्रह्मरंध्रांतेषु चक्रेषु मध्ये स्वाभिमते चक्रे लक्ष्यं अंतःकरणवृत्तिः
बहिर्दृष्टिः बहिःप्रदेशे दृष्टिश्चक्षुःसंबंधः कीदृशी दृष्टिः निमेषोन्मेषवर्जिता निमेषः
पक्ष्मसंयोगः उन्मेषः पक्ष्मसंयोगविश्लेषः ताभ्यां वर्जिता रहिता चित्तस्य ध्येयाका
रावेशान्निमेषोन्मेषवर्जिता दृष्टिर्भवति सा उक्ता एषा मुद्रा शांभवी शंभोरियं शांभ
अंतर्लक्ष्यं बहिर्दृष्टिर्निमेषोन्मेषवर्जिता एषा सा शांभवी मुद्रा वेदशास्त्रेषु
गोपिता ३६ अंतर्लक्ष्यविलीनचित्तपवनो योगी यदा वर्तते दृष्ट्या निश्चल
तारया बहिरधः पश्यन्नपश्यन्नपि मुद्रेयं खलु शांभवी भवति सा लब्धा प्रसा
दाद्गुरोः शून्याशून्यविलक्षणं स्फुरति तत्तत्त्वं पदं शांभवं ३७
वी शिवप्रिया शिवाविर्भावजनिका वा भवति कीदृशी वेदशास्त्रेषु गोपिता वेदेषु ऋगादिषु
शास्त्रेषु सांख्यपातंजलादिषु गोपिता रक्षिता ३६ शांभवीमुद्रामभिनीय दर्शयति अं
तर्लक्ष्यमिति अंतः मूलाधारादौ प्रसिद्धे लक्ष्ये सगुणे सोऽहमस्मीत्यादिके तत्त्वमस्यादिवाक्य
लक्ष्ये जीवेश्वराभिन्ने मनसि ब्रह्मण्यात्मनि वा केवले ब्रह्मणि वा तस्मिन्विलीनौ विशेषे
२ यदा यस्यामस्यां १०८

शालीनौ चित्तपवनौ मनोमारुतौ यस्य स तथाभूतो योगी वर्त्तते निश्चलतारया निश्चला
स्थिरा तारा कनीनिका यस्यां तादृश्या दृष्ट्या बहिर्देशं बहिःप्रदेशं पश्यन् अपि च
[illegible] क्षुःसंबंधं कुर्वन्नपि अपश्यन् विषयग्रहणमकुर्वन् वर्त्तते आस्ते खल्विति वाक्या
लंकारे इयमुक्ता शांभवी मुद्रा शांभवीनामिका मुद्रा भवति लोके शानितिमुद्रा भवति.
सा शांभवी मुद्रा गुरोर्देशिकस्य प्रसादात् लब्धा प्राप्ता नतु इदानिं निवक्तुम् न शक्य शांभवं शा शा

श्रीशांभव्याश्च खेचर्या अवस्थाधामभेदतः भवेच्चित्तलयानंदः शून्ये चित्सुखरू
पिणि ३८

भव्यादिदं शांभवं शांभवी मुद्रायां नामसमानं पदं पद्यते गम्यते योगिभिर्यत्पदं तत्स्वरूपं नि
शून्या शून्यविलक्षणं ध्येयाकारवृत्तेः सद्भावात् शून्यविलक्षणं तस्या अपि लीनत्वात् भावा
द्यशून्यविलक्षणं तत्त्वं वास्तविकं वस्तु स्फुरतीति प्रतीयते ३७ श्रीशांभव्या इति श्रीशांभ
व्याः श्रीमत्याः शांभवीमुद्रायाः खेचर्याः खेचरीमुद्राया अवस्थाधामभेदतः अवस्था
वस्थितिः धाम स्थानं देशः तयोर्भेदात् शांभव्यां बहिर्दृष्ट्यावस्थितिः खेचर्यां भ्रूमध्य

दृष्ट्याः खस्थितिः शांभव्यां हृदयं भावनादेशः खेचर्यां भ्रूमध्य एव देशः तयोर्भेदाभ्यां
ल शून्येदेशाकाशरूपपरिछेदशून्ये सजातीयविजातीयस्वगतभेदशून्ये वा चित्सुखरू
पिणि चिदानंदरूपिणि आत्मनि चित्तलयानंदः चित्तलयादानंदः भवेत्स्यात्
शांभवीखेचर्योरवस्थाधामरूपसाधनाद्भेदः ननु चित्तलयानंदरूपफ
लैक्याद् इति भावः ॥३८॥ उन्मनीमुद्रामाह तारेइति तारे नेत्रयोः कनीनिके ज्योति

तारे ज्योतिषि संयोज्य किंचिदुन्नमयेद्भ्रुवौ पूर्वयोगं मनो युंजन्नुन्मनीकारकः
क्षणात् ॥३९॥

षि तारयोर्नासाग्रे योजनात्मकाशमाने तेजसि संयोज्य संयुक्ते कृत्वा भ्रुवौ किंचित्
स्वल्पं उन्नमयेत् ऊर्ध्वं नमयेत् पूर्वः पूर्वोक्तः अंतर्लक्ष्यं बहिर्दृष्टिरित्याकारकः योगो यु
क्तिर्यस्मिन्तत् तादृशं मनो अंतःकरणं युंजन् युक्तं कुर्वन् योगी क्षणात् मुहूर्तात् उन्म
नीकारकः उन्मन्यवस्थाकारको भवति ॥३९॥

नि २ ति २

ऽमनीभंतरान्यस्तरणोपायो नास्तीत्याह केचिदिति केचित् शास्त्रतंत्रादिविदः
पं २ आगच्छंति बुद्धिमारोहंति अर्थाएभ्यइत्यागमाः शास्त्रतंत्रादयस्तेषां जालेनजालवद्बंध
ध नसाधनैस्तदुक्तैः फलैर्मुह्यंति मोहं प्राप्नुवं तत्रासक्ता बध्यंत इभावः केचिद्वैदिकाः नि
गमसंकुलैः निगमानां निगमोक्तानां संकुलैः फलवादकुल्यैर्मुह्यंति केचिद्वैनाशि
कादयः

केचिदागमजालेन केचिन्निगमसंकुलैः केचित्तर्केण मुह्यंति नैव
जानंति तारकं ४० अर्धोन्मीलितलोचनः स्थिरमना नासाग्रदत्तेक्षण
श्चंद्रार्कावपिलीनतामुपनयन्निस्पंदभावेन यः ज्योतीरूपमशेषबी
त जमखिलं देदीप्यमानं परं तत्त्वं तत्पदमेति वस्तु परमं वाच्यं किमत्राधिकं ४१

कादयः तर्केण स्वकल्पितयुक्तिविशेषेण मुह्यंति तारयतीति तारकः तेन तारकं तरणोपायं
नैव जानंति ऽउक्तोऽमनस्कमेव तरणोपायं नैव जानंतीत्यर्थः ४० अर्धोन्मीलितेति
अर्द्धं उन्मीलिते अर्धोन्मीलिते अर्द्धोन्मीलिते लोचने येन सः अर्द्धोन्मीलितलो
चनः अर्द्धोद्घाटितलोचन इत्यर्थः

१९० स्थिरं निश्चलं मनो यस्य सः स्थिरमनाः नासाया अग्रे अग्रभागे नासिकायाः द्वादशांगु
लपर्यंते वा दत्ते प्रहिते ईक्षणे नेत्रे येन सः नासाग्रदत्तेक्षणः तथाह वसिष्ठः द्वादशांगुल
पर्यंते नासाग्रे विमलेंबरे संविद्दृशोः प्रशाम्यंत्योः प्राणस्पंदो निरुध्यते इति निश्च
दस्य निश्चलस्य भावो निस्पंदभावः कायेंद्रियमनसां निश्चलत्वं तेन चंद्रार्कौ चंद्रसूर्यौ
अपि लीनतां लीनस्य भावो लीनता लयः तं उपनयन् प्रापयन् कायेंद्रियमनसां नि
श्चलत्वेन प्राणसंचारमपि स्तंभयन्नित्यर्थः तदुक्तं प्राक् मनो यत्र विलीयेतेत्यादि
पूर्वोक्तविशेषणसंपन्नो योगी ज्योतीरूपं ज्योतिरखिलप्रकाशकं रूपं यस्य
सः तथा तं अशेषबीजं आकाशाद्युत्पत्तिद्वारा सर्वकारणं अखिलं पूर्णं देदीप्यमा
नं अतिशयेन दीप्यत इति देदीप्यमानं तत्तथा स्वप्रकाशं परं कायेंद्रियमनसां सा
क्षिणं तत्त्वमनारोपितं वास्तविकमित्यर्थः तत् इदमिति वक्तुमशक्यं पद्यते गम्यते
योगिभिरिति पदं परं सर्वोत्कृष्टं वस्तु आत्मस्वरूपं एति प्राप्नोति ऽनन्यवृत्त्या
स्वस्वरूपावस्थितो योगी भवतीत्यर्थः अत्र अधिकं किं वाच्यं अपरं वस्तु प्राप्नोतीत्य
त्र किं वक्तव्यमित्यर्थः ४२ १९०

२ध्यानमध्यं च पाद्यं च शुद्धसंवेदनात्मकं ध्यानसंवेदनं पुष्पं सर्वं ध्यानपरं विदुः २

उन्मनीभावनायाः कालनियमाभावमाह दिवेति दिवा सूर्यसंचारे लिंगं सर्वकारणमात्मानं एतस्मादात्मन आकाशः संभूत इत्यादिश्रुतेः न पूजयेत् न भावयेत् ध्यानेनैवात्मपूजनं तदुक्तं वासिष्ठे ध्यानोपहार एवात्मा ध्यानमस्य महार्चनं X विना तेनेतरेणायमात्मा लभ्यत एव नो इति रात्रौ चंद्रसंचारे च नैव पूजयेत् नैव भावयेत् चंद्रसूर्यसंचारे चित्तस्थैर्याभावात् चले वाते चलं चित्तमित्युक्तत्वात् दिवारात्रिनिरोध

दिवा न पूजयेल्लिंगं रात्रौ चैव न पूजयेत् सर्वदा पूजयेल्लिंगं दिवारात्रि॥
निरोधतः ४२

तः सूर्यचंद्रौ निरुध्य ल्यब्लोपे पंचमी तस्मात्तस्मिन् सर्वदा सर्वस्मिन्काले लिंगमात्मानं पूजयेत् भावयेत् सूर्यचंद्रयोर्निरोधे कृते सुषुम्नांतर्गते प्राणे मनसः स्थैर्यात् तदुक्तं सुषुम्नांतर्गते वायौ मनःस्थैर्यं प्रजायत इति ॥ ४२ ॥

स्थिरी भवति प्रकाशानस्यैवाख्यायोग्यत्वात्मनेपद २

१११ खेचरीमाह सव्येति सव्यदक्षिणनाडीस्थः वामतद्दितरनाडीस्थः मारुतो वायुः यत्र
मध्ये चरति यस्मिन्नवप्रदेशे गच्छति तस्मिन्स्थाने तस्मिन्प्रदेशे खेचरीमुद्रा तिष्ठते X
न [illegible] नसंशयः [illegible] संदेहो नास्ति
स्यर्थः ४३ इडापिंगलयोरिति इडापिंगलयोः सव्यदक्षिणनाड्योः मध्ये यत्शून्यं खं
कर्तं अनिलं प्राणवायुं यत्र ग्रसेत् शुन्ये प्राणस्य स्थिरी भाव एव ग्रासः तत्र तस्मिन्शू

सव्यदक्षिणनाडीस्थो मध्ये चरति मारुतः तिष्ठते खेचरी मुद्रा तस्मिन्स्थाने
न संशयः ४३ इडापिंगलयोर्मध्ये शून्यं चैवानिलं ग्रसेत् तिष्ठते खेचरी मु
द्रा तत्र सत्यं पुनः पुनः ४४ सूर्याचंद्रमसोर्मध्ये निरालंबांतरे पुनः संस्थिता व्यो
मचक्रे या सा मुद्रा नाम खेचरी ४५

न्ये खेचरी मुद्रा तिष्ठते पुनः पुनः सत्यमिति योजना ४४ सूर्यचंद्रमसोरिति सूर्यचंद्रम
सोः इडापिंगलयोर्मध्ये निरालंबं यदंतरं अवकाशः तत्र पुनः पादपूरणे [illegible]
चक्रे समुदाये [illegible] मध्ये सर्वखानां समन्वयात् तदुक्तं पंचस्रोतः समन्वितमिति या सं
स्थिता सा मुद्रा खेचरी नाम ४५ १११

× ४५ पुरस्ताच्चैवेति २

सोमादिति सोमा चंद्रात् यत्र यस्यां खेचर्यां धारामृतधारा उदिता उद्गता सा खेचरी सा
क्षात् शिववल्लभा शिवस्य प्रियेति पूर्वेणान्वयः ॥ अतुलां निरुपमां दिव्यां सर्वनाड्युत्त
मां सुषुम्नां पश्चिमे मुखे पूरयेत् जिह्वयेति शेषः पुरस्ताच्चैव पूर्वतोपि पूर्येत सुषुम्ना
प्राणेनेति शेषः यदि तर्हि निश्चिता असंदिग्धा खेचरी खेचरीमुद्रा स्यात् सिद्धा भवेदिति प
दि पुरस्तात्प्राणेन न पूर्येत जिह्वामात्रेण पश्चिमतः पूर्येत तर्हि मूढावस्थाजनिका

सोमाद्यत्रोदिता धारा साक्षात्सा शिववल्लभा पूरयेदतुलां दिव्यां सुषुम्नां प
श्चिमे मुखे ४६ पुरस्ताच्चैव पूर्येत निश्चिता खेचरी भवेत् अभ्यस्ता खेच
री मुद्राप्युन्मनी संप्रजायते ४७ भ्रुवोर्मध्ये शिवस्थानं मनस्तत्र विलीय
ते ज्ञातव्यं तत्पदं तुर्यं तत्र कालो न विद्यते ४८

न निश्चिता खेचरी स्यादिति भावः खेचरीमुद्रा अपि अभ्यस्ता सती उन्मनी संप्रजायते भ्रुवोरिति भ्रुवोर्मध्ये भ्रुवोरंतरा
चित्तस्य ध्येयाकारावशात् तुर्यावस्था भवतीत्यर्थः ४७ भ्रुवोरिति भ्रुवोर्मध्ये
ले शिवस्थाने शिवस्य ईश्वरस्य स्थानं शिवस्य स्वरूपस्यात्मनो वा स्थानमस्तीति शेषः

११२ योगः सर्ववृत्तिनिरोधः सैव निद्रा योगनिद्रा ४ तदुक्तं मो [illegible] सुषुम्नाकालस्यातिः
तत्र तस्मिन् शिवे मनो लीयते शिवाकारवृत्तिप्रवाहरूपं भवति तच्चित्तलयरूपं तुर्यपदं
जाग्रत्स्वप्नसुषुप्त्यवस्थात्रयातीतावस्थारूपं ज्ञातव्यं तत्र तस्मिन् पदे कालो मृत्युर्न विद्यते यद्वा
नि सूर्यचंद्रयोर्नतेध्यादायुःक्षयकारकः कालः समयो न विद्यत इत्यर्थः ४८ अम्बरे इति
तावत् खेचरीमुद्रा अम्बरे स्यात् यावत् योगनिद्रितः योगनिद्रा अस्य संजाता इति योगनि
द्रितः तादृशः स्यात् संप्राप्ता योगनिद्रा येन सः संप्राप्तयोगनिद्रः कदाचन कस्मिंश्चित् तस्य

अम्बरे खेचरी तावद्यावत्स्याद्योगनिद्रितः संप्राप्तयोगनिद्रस्य कालो नास्ति क
दाचन ४९ निरालंबं मनः कृत्वा न किंचिदपि चिंतयेत् स बाह्याभ्यंतरं व्योम्नि
घटवत्तिष्ठति ध्रुवं ५०

दिवसमये कालो मृत्युर्नास्ति ४९ निरालंबमिति निरालंबमालंबशून्यं मनः कृत्वा न
किंचिदपि न चिंतयेत् खेचरीमुद्रायां जायमानां ब्रह्माकारामपि वृत्तिं परवैराग्येण परि
त्यजेदित्यर्थः सः योगी बाह्याभ्यंतरे बाह्ये बहिर्भवे आभ्यंतरे अभ्यंतर्भवे व्योम्नि आ
काशे घटवत् घट इव तिष्ठति ध्रुवं निश्चितमेतत् यथा काशे घटो बहिरंतराकाशे पूर्णो
भवति तथा खेचर्या निरालंबनपरित्यागेन योगी ब्रह्मणि पूर्णो तिष्ठतीत्यर्थः ॥५०॥ ११३

बाह्येति बाह्यो देहाद्बहिर्भवो वायुर्यथा लीनो भवति रेचकयंतिस्यांतःप्रवेशाभावात् तथा
मध्यो देहमध्यवर्त्ती वायुः लीनो भवति तस्य बहिःप्रवृत्त्यभावात् न संशयः अस्मिन्नर्थे
ने देहो नास्तीत्यर्थः स्वस्थाने स्थिरीभवनेस्मिन्निति स्थाने स्वस्यप्राणस्य स्थाने स्थैर्य [illegible]
ने ब्रह्मरंध्रं न तु मनसा चित्तेन सह पवनः प्राणः स्थिरतां निश्चलतां एति प्राप्नोति ५१

बाह्यवायुर्यथा लीनस्तथा मध्यो न संशयः स्वस्थाने स्थिरतामेति पवनो मनसा सह ५१
एवमभ्यसमान वायुमार्गे दिवानिशं अभ्यासाज्जीर्यते वायुर्मनस्तत्रैवली
(स्य) यते ५२

एवमुक्तप्रकारेण वायुमार्गे प्राणमार्गे सुषुम्नायामित्यर्थः दिवानिशं रात्रिंदिवं अ
भ्यसमानस्य अभ्यासं कुर्वतो योगिनः अभ्यासाद्यत्र यस्मिन्नाधारे वायुः प्राणो जीर्यते
क्षीयते लीयत इत्यर्थः तत्रैव वायोर्लयाधिष्ठाने मनश्चित्तं लीयते जीर्यते इत्यर्थः ५२

११२ अमृतैरिति अमृतैः सुधिरनिर्गतैः पादतलेबमस्तकं पादतलमस्तकं हृदयस्य प्राणितूर्य
तिनां गानामिन्द्रियेकवद्भावः पादतलमस्तकेत्र अभिव्याप्येत्या पादतलमस्तकं देहं आ
प्लावयेत् आप्लावितंकुर्यात् महान् उत्कृष्टः कायो यस्य सः महाकायः महान्तौ बल
पराक्रमौ यस्य तादृशो योगी सिध्यत्येव अमृतप्लावनेन सिद्धो भवत्येव ५२ शक्तिरिति

अमृतैः प्लावयेद्देहमापादतलमस्तकं सिध्यत्येव महाकायो महाबलपराक्रमः ५३ इति
मानस शक्तिमध्ये मनः कृत्वा शक्तिं मानसमध्यगां मनसा मन आलोक्य धारयेत्परमं पदं ५४ खेचरी

शक्तिः कुंडलिनी तस्याः मध्ये मनः कृत्वा तस्यां मनो धृत्वा तदाकारं मनः कृत्वेत्यर्थः
शक्तिं मानसमध्यगां कृत्वा शक्तिध्यानावेशात् शक्तिमनसोरैक्यं तेनैक्यं कृत्वा तेन
कुंडली बोधयित्वेति यावत् अतुद्भावक्रियोगेन मनसा मनस्तारसहेतिजो रक्षोनेः म
न नसांतःकरणेन मनं आलोक्य बुध्या मनसो वलोकनेन स्थिरीकृत्येत्यर्थः प
रमं पदं सर्वोत्कृष्टं रूपं धारयेत् धारणाविषयं कुर्यादित्यर्थः ५४
खे

११२
११

स्वमध्ये इति स्वयमिव पूर्णं ब्रह्म त्वं तन्मध्ये आत्मानं स्वस्वरूपं कुरु ब्रह्माहमि
ति भावयेत्यर्थः आत्ममध्ये स्वस्वरूपे च संस्थितं पूर्णं ब्रह्म कुरु अहं ब्रह्मेति भावयेत्यर्थः
सर्वं च स्वमयं कृत्वा ब्रह्ममयं विभाव्य किमपि न चिंतयेत् अहं ब्रह्मेति ध्यानमपि
परित्यजेदित्यर्थः ५५ एवं समाहितस्य स्वरूपस्थितिमाह अंतः शून्य इति अंतः

स्वमध्ये कुरु चात्मानमात्ममध्ये च संस्थितं कुरु सर्वं च स्वमयं कृत्वा न किंचि
दपि चिंतयेत् ५५ अंतः शून्यो बहिः शून्यः शून्यः कुंभ इवांबरे अंतः
पूर्णो बहिः पूर्णः पूर्णः कुंभ इवार्णवे ५६

अंतः करणे हृदाकाशे वा पूर्णः ब्रह्माकारवृत्तेः सद्भावात् ब्रह्मव्याप्तत्वाद्वा बहिः
पूर्णः अंतः करणाद्बहिः हृदावकाशाद्बहिर्वा पूर्णः सत्तया ब्रह्मातिरिक्तवृत्तेरभा
वात् ब्रह्मपूर्णत्वाद्वा अंतः अंतःकरणे शून्यः ब्रह्मातिरिक्तवृत्तेरभावाद्द्वितीयशून्यः
बहिरंतःकरणाद्बहिरपि शून्यः द्वितीयादर्शनात् अंबरे आकाशे कुंभो घटो यथा तद्बहिः
शून्यस्तद्वत्

११८ श्री र्णवे समुद्रे कुंभो घटो यथा सर्वतो जलपूर्णो भवत्येवं संधिनिष्ठो योगी ब्रह्मपूर्णो
भवतीत्यर्थः ५६ बाह्यचिंतेति समाहितेन योगिना ह्यत्यध्याहारः बाह्यं बाह्यविष
यचिंतानकर्त्तव्या तथैव बाह्यचिंताकरणवत् आंतरचिंतनं आंतराणां मनसा
परिकल्पितानां अंशा मोदकक्षीरघृतादीनां चिंतनेन कर्त्तव्यमिति लिंगविपरिणाम ग
बाह्यचिंतानकर्त्तव्या तथैवांतरचिंतनं सर्वचिंतां परित्यज्य न किंचिदपि चिं
तयेत् ५७ संकल्पमात्रकलनेव जगत्समग्रं संकल्पमात्रकलनैव मनो
विलासः संकल्पमात्रमतिमुत्सृज निर्विकल्पमाश्रित्य निश्चयमवाप्नुहि राम
शांति ५८
मे त्वान्वयः सर्वचिंतां बाह्याभ्यंतरचिंतनं परित्यज्य किंचिदपि न चिंतयेत् एवं तमेवसा
त्साक्षात्कारवृत्तिमपि परित्यजेत् तत्यागे स्वरूपावस्थितिरूपा [illegible] जीवन्मुक्तिर्भ
वतीति भावः ५९ बाह्याभ्यंतरचिंतापरित्यागे शांतिश्च भवती अत्र वसिष्ठवाक्यप्रमा
णयति संकल्पेति संकल्पो मानसिको व्यापारः एवं संकल्पमात्रं तस्य कलनैव ११८

समग्रं१
रचनैवइदं दृश्यमानं सर्वं जगत् बाह्यः समग्रः प्रपंचः मनोमात्रकल्पित इत्यर्थः
मनसो मानसस्य विलासः नानाविषयाकारकल्पनाभ्राशामोदकसौधवादिकादि
कल्पनारूपो विलासः संकल्पमात्रकलनैव मानसः प्रपंचोपि संकल्पमात्ररचनैवे
त्यर्थः संकल्पमात्रे बाह्यांतरप्रपंचेयामतिः सत्यत्वबुद्धिः तां उत्सृज त्यज नहि
किं कर्तव्यमित्यतआह निर्विकल्प इति विशिष्टाकल्पनाविकल्पः आत्मनिकल्पितंच
भोक्तृत्व सुखित्व दुःखित्व सजातीय विजातीय स्वगत भेद देशकालवस्तुपरिच्छेद
कल्परूपः तस्मान्निष्क्रांतो निर्विकल्पः आत्मा तमाश्रित्य धारणादिविषयीकृ
त्वा हे राम निश्चयेनासंदिग्धं शांतिं परमोपरतिं अनुद्धि प्राप्नुहि ततः सुखमपि
प्राप्स्यसीतिभावः तदुक्तं भगवता व्यतिरेकेण न चाभावयतः शांतिरशांतस्य कुतः
सुखमिति ५८

संधोऽप्यमानं १

११५ कर्पूरमिति यद्वत् यथाग्निनलेऽग्नौ संधीयमानं कर्पूरं विलीयते विशेषेणाली
यते लीनं भवति अग्न्याकारं भवति यथा सलिले जले संधीयमाने सैंधवं लवणं
विलीयते लवणाकारं परित्यज्य जलाकारं भवति तथा तद्वत् तत्त्वे आत्मनि संधी
यमानं धार्यमाणं मनः विलीयते आत्माकारं भवति ५९ मनसो विलये जाते द्वैतम

कर्पूरमनले यद्वत्सैंधवं सलिले यथा तथा संधीयमानं च मनस्तत्त्वे विलीयते
ज्ञेयं सर्वं प्रतीतं च ज्ञानं च मन उच्यते ज्ञानं ज्ञेयं समं नष्टं नान्यः पंथा द्वितीयकः ६०

विलीयत इत्याह त्रिभिः ज्ञेयमिति सर्वं सकलं ज्ञेयं ज्ञातुमर्हं प्रतीतं च ज्ञातं च ज्ञानं च मनो
वृत्तिः इदं सर्वं मन उच्यते सर्वस्य मनःकल्पितत्वात् मनः शब्देनोच्यते ज्ञानं ज्ञेयं च मा
तत्रं २ समं मनसो विलये मनसा सार्द्धं नष्टं यदि तर्हि द्वितीयकः द्वितीय एव द्वितीयकः पंथाः मनो
विषयो नास्ति द्वैतं नास्तीति फलितोऽर्थः ६०

२ ताभ्यां सह वर्तत इति सचराचरं

मनोदृश्यमिति इदमुपलभ्यमानं यत्किंचित् यत्किमपि चरं जंगमं अचरं स्थावरं च
नत रं चरं च अचरं च चराचरे यत् जगत् तत्सर्वं मनोदृश्यं मनसा दृश्यं मनःसंकल्पमात्रमि तो
त्यर्थः मनःकल्पनासत्वे प्रतीतेस्तदभावे चाप्रतीतेर्भ्रम एव सर्वं जगत् भ्रमस्य ज्ञानैति
च कशरीरत्वात् नैयायिकमतप्रसंगः भ्रमाधिष्ठानस्य ब्रह्मणो सत्यत्वाभ्युपगमात् मनसः ग

मनोदृश्यमिदं सर्वं यत्किंचित्सचराचरं मनसो ह्युन्मनीभावाद्द्वैतं नैवोप
लभ्यते ६१ ज्ञेयवस्तुपरित्यागाद्विलयं याति मानसं मनसो विलये जाते कै
वल्यमवशिष्यते ६२

उन्मनीभावाद्विलयात् द्वैतं भेदः नैव उपलभ्यते नैव प्रतीयते द्वैतभ्रमहेतोर्मनःसं ती
कल्पस्याभावात् इति हेतोरत्वयं ६१ ज्ञेयमिति ज्ञेयं ज्ञानविषयं यद्वस्तु सर्वं च
राचरं यद्दृश्यं तस्य परित्यागात् नामरूपात्मकस्य तस्य परिवर्जनात् विलयं सच्चिदा
नंदरूपात्माकारं भवति मनसो विलये जाते सति कैवल्यं केवलस्यात्मनो भावः कै
मे वल्यं अवशिष्यते अद्वितीयात्मस्वरूपमवशिष्टं भवतीत्यर्थः ६२

एवमिति एवं उक्तं तल्लक्ष्ये बहिर्दृष्टिरित्याद्युक्तप्रकारेण महात्मसमाधिपरिशीलनशु
द्धः आत्मा अनंतः कंदरांतर्येषां ते महात्मानः तैर्महात्मभिः पूर्वैर्वृत्ते आचार्यैः पूर्वा
चार्याः मत्स्येंद्रादयः तैः समाधेश्चित्तवृत्तिनिरोधस्य मार्गाः उपायाः कथिताः कीदृ सु
शाः समाधिमार्गाः नानाविधोपायाः नानाविधा उपायाः साधनानि येषां ते तथा सम्य

एवं नानाविधोपायाः सम्यक्स्वानुभवान्विताः समाधिमार्गाः कथिताः
पूर्वाचार्यैर्महात्मभिः ६३ सुषुम्नायै कुंडलिन्यै सुधायै चंद्रजन्मने मनो
न्मन्यै नमस्तुभ्यं महाशक्त्यै चिदात्मने ६४

क् समीचीनतया सेवाय विपर्ययरहितत्वेन यः स्वानुभवः आत्मानुभवस्तेनान्विता युक्ताः ६३
सुषुम्नादिभ्यः कृतकृत्यस्ताः प्रणमति सुषुम्नायै इति सुषुम्ना मध्यनाडी तस्यै कुंडलिन्यै
२ आधारशक्त्यै चंद्रात् सुमध्यस्थात् जन्म यस्यास्तस्यै सुधायै चंद्ररूपाय मनोन्मन्यै तुर्याव
न्य २ स्थायै चित्तचेतनात्मस्वरूपं यस्याः सा तस्यै महती जडानां कार्येंद्रियमनसां चैतन्य
संपादकत्वात्सर्वोत्तमा या शक्तिश्चितिरूपा तद्रूपा तस्यै तुभ्यमिति प्रत्येकं संबध्यते नमः
प्रह्वीभावोऽस्तु ६४

लिं॰

नानाविधान्समाध्युपायानुक्त्वा नादानुसंधानरूपं मुख्योपायं प्रतिजानीते अश
क्येति अशक्यस्तत्त्वादर्शावपत्तत्त्वबोधस्तत्त्वज्ञानं येषां ते तथा तेषां मूढानामन
धीतानां संमतं अपिशब्दात्किमुतीनां नानिजन्यं ओरक्षनाथेन प्रोक्तमित्यनेन
महदुक्तत्वादुपादेयत्वं गम्यते नादस्यानाहतध्वनेः उपासनं अनुसंधानरूपं सब

अशक्यतत्त्वबोधानां मूढानामपि संमतं प्रोक्तं गोरक्षनाथेन नादोपासनमु
च्यते ६५ श्रीआदिनाथेन सपादकोटिलयप्रकाराः कथिता जयंति नादानु
संधानकमेकमेव मन्यामहे मुख्यतमं लयानां ६६

श्रीआर नमुच्यते कथ्यते ६५ श्रीआदिनाथेन शिवेन कथिताः प्रोक्ताः पादेन चतुर्थांशेन सहव
र्तमाना कोटिसंख्याकाः ये लयप्रकाराः चित्तलयसाधनभेदाः जयंति उत्कर्षेण वर्तंते
तेषु नादानुसंधानकं नादानुचिंतनमेवैकं केवलं लयानां लयसाधनानां मध्ये
मुख्यतमं अतिशयेन मुख्यं मन्यामहे जानीमहे उक्तहेत्वानां लयसाधनानां मध्ये उ
त्कृष्टतमत्वाद्गोरक्षाभिमतत्वादस्मदभिमतत्वाच्च नादानुसंधानमेवादरणीयमिति भावः

११७ शांभवीमुद्रया नादानुसंधानमाह मुक्तासन इति मुक्तासने सिद्धासने स्थितो योगी शां
भवीं मुद्रां अंतर्लक्ष्यं बहिर्दृष्टिरित्यादिनोक्तां संधाय कृत्वा एकधीः एकाग्रचित्तः सन्
दक्षिणे कर्णे अंतःस्थं सुषुम्नांतर्गतं नादं शृणुयात् तदुक्तं त्रिपुरसारसमुच्चये र
आदौ मत्तालिमालाजनितरवसमस्तारझंकारकारी नादोसौ वांशिकस्यानिलभरित
लसद्वंशनिःस्वानतुल्यः घंटानादानुकारी तदनु च जलधिध्वानधीरो गभीरो गर्जत्पर्ज द

मुक्तासने स्थितो योगी मुद्रां संधाय शांभवीं शृणुयाद्दक्षिणे कर्णे नादमंतःस्थ
मेकधीः ६७ श्रवणपुटनयनयुगलघ्राणमुखानां निरोधनं कार्यं शुद्धसु
षुम्नासरणौ स्फुटममलः श्रूयते नादः ६८

न्यघोषः पर इह कुहरे वर्त्तते ब्रह्मनाड्या इति ॥ ६७ ॥ षण्मुखीमुद्रया नादानुसंधा
नमाह श्रवणेति श्रवणपुटे श्रोत्रपुटे नयने नेत्रे तयोर्युगलं युग्मं घ्राणं नासिका घ्रा
णमुखं मुखमास्यं एषां द्वंद्वः प्राण्यंगत्वादेकवद्भावे प्राप्तेपि सर्वस्यापि द्वंद्वैकवद्भा
वस्य वैकल्पिकत्वान्न भवति तेषां निरोधनं करांगुलीभिः कार्यं निरोधने चेत्स्य ११

मेगुह्याभ्यामुन्मीलितं जनीं च चक्षुषी नासापुटौ तथान्याभ्यां वृद्धाद्यकरशाखाभिश्चेति
त्ता२ चकारादन्याभ्यां पुरस्तात् प्रकाशयेति समुच्चीयते शुद्धप्राणायामैर्मलरहितायां सुषुम्णा
सरणिः सुषुम्णापद्धतिः तस्यां अमलो नादः स्पष्टं सम्यक् श्रूयते ६८ अथ नादस्य
त चतस्रोवस्थाः प्राह आरंभश्चेति आरंभावस्था घटावस्था परिचयावस्था निष्पत्य
वस्था इति सर्वयोगेषु सर्वेषु चित्तवृत्तिनिरोधोपायेषु नादानुसंधानादिषु अवस्थाचतुष्टयं स्यात्

आरंभश्च घटश्चैव तथा परिचयोपि च निष्पत्तिः सर्वयोगेषु स्यादवस्थाचतुष्टयं ६९
अथारंभावस्था ब्रह्मग्रंथेर्भवेद्भेदो ह्यानंदः शून्यसंभवः विचित्रः क्वणको देहे
नाहतः श्रूयते ध्वनिः ७०

चचैवतथापिचाः पादपूरणार्थाः ६९ तत्रारंभावस्थामाह ब्रह्मग्रंथेरिति ब्रह्मग्रंथेर
नाहतचक्रे वर्तमानायाः भेदः प्राणायामाभ्यासेन भेदनं यदा भवेत्तदेति यत्तदोरध्या
हारः आनंदयतीत्यानंदः आनंदजनकः शून्ये हृदाकाशे संभवतीति शून्यसंभवः हृदाका
शे सन्नः विचित्रो नानाविधः क्वणो भूषणनिनादः स एव क्वणकः भूषणनिनदसदृ

शब्द इत्यर्थः भूषणानां तु सिंजितं निक्वाणो निक्वणः क्वाणः क्वणः क्वणनमित्यपीत्यमरः
अनाहतो ध्वनिः अनाहतो निर्ह्रादः देहे देहमध्ये श्रूयते श्रवणविषयो भवतीत्यर्थः ७०
दिव्यदेह इति शून्ये हृदाकाशे आरंभे नादारंभस्तस्मिन्सति हृदाकाशे विग्रंथौ का
शोऽभूत् मध्याकाशः शून्यातिशून्यमहाशून्यशब्दैर्व्यवह्रियन्ते योगिभिः संपूर्णहृ
त्स्य दयं प्राणवायुना संपूर्णं हृदयं यस्य सः तथा आनंदेन वा पूर्णहृदयः योगवान्

दिव्यदेहश्च तेजस्वी दिव्यगंधस्त्वरोगवान् संपूर्णहृदयः शून्य आरंभे
योगवान्भवेत् ७१ अथ घटावस्था

योगी दिव्यो रूपलावण्यबलसंपन्नो देहो यस्य सः दिव्यदेहः तेजस्वी प्रतापवान्
दिव्यगंधः दिव्य उत्तमो गंधो यस्य सः तथा अरोगवान् रोगरहितः भवेदिति सं
बंधः ७१ घटावस्थामाह द्वितीयायामिति द्वितीयायां घटावस्थायां वायुः प्राणः घ
टीकृत्य आत्मना सह अपानेन नादबिंदुभ्यां चैकीकृत्य मध्यचक्रगतः कंठस्थाने मध्य ११८

चक्रं तदुक्तं मंत्रे वज्जालंधरबंधे मध्यचक्रे निरुद्ध्येयं षोडशाधारबंधनमिति यद्वा भ
वेदित्यध्याहारः तदा तस्यामवस्थायां योगी योगाभ्यासी दृढमासनं यस्य सः दृढा
सनः स्थिरासनः ज्ञानी पूर्वापेक्षया कुशलबुद्धिः देवसमः रूपलावण्याधि
भवेत् क्याद्देवतुल्यः तदुक्तमीश्वरोक्ते राजयोगे प्राणापानौ नादबिंदू जीवात्मपरमात्म
नोः मिलित्वा घटते यस्मात्तस्मात्स घट उच्यत इति ७१ विष्णुग्रंथेरिति ततः अ
द्वितीयायां घटीकृत्य वायुर्भवति मध्यगः दृढासनो भवेद्योगी ज्ञानी देवसमस्तदा ७२
विष्णुग्रंथेस्ततो भेदात्परमानंदसूचकः अतिशून्ये विमर्दश्च भेरीशब्दस्तदा भवेत् ७२
ग्रंथेर्विभेदानंतरं विष्णुग्रंथेः कंठे वर्तमानायाः भेदात् कुंभकेन भेदनात् परमानं
दस्य भाविनो ब्रह्मानंदस्य सूचकः ज्ञापकः अतिशून्ये कंठावकाशे विमर्दः अ
नेकनादसंमर्दः भेर्याः शब्द इव शब्दो भेरीशब्दः भेरीनादश्च तदा तस्मिन्काले
भवेत् ७३

११८

परिचयावस्थामाह सार्द्धद्वाभ्यां तृतीयायामिति तृतीयायां परिचयावस्थायां वि
हायोमर्दलध्वनिः विहायसि भ्रूमध्याकाशे मर्दलस्य वाद्यविशेषस्य ध्वनिरिव
ध्वनिर्विशेषो विशेषतो ज्ञानाख्यो भवति तदा तस्यामवस्थायां सर्वसिद्धिसमाश्रयं
सर्वासां सिद्धीनामणिमादीनामाश्रयं स्थानं तत्र सर्वमादरोमादिप्राप्तेः महाशून्यं
या ५ भ्रूमध्याकाशं तिगट्ठतिप्राणरूतिशेषः ७४ चित्तानंदमिति चित्तानंदं ना
तृतीयायां तु विज्ञेयो विहायोमर्दलध्वनिः महाशून्यं तदा याति सर्वसिद्धि
समाश्रयं ७४ चित्तानंदं तदा जित्वा सहजानंदसंभवः दोषदुःखजरा
व्याधिक्षुधानिद्राविवर्जितः ७५ रुद्रग्रंथिं यदा भित्वा शर्वपीठगतोनिलः॥॥ त्वाशुं
दविषयांतःकरणान्वेति जल्परूपं जित्वाभिभूय सहजानंदसंभवः सहजानंदःस्वा
भाविकमानंदरूप एव तस्य संभवः आविर्भावः दोषावातपित्तकफाः तज्जन्या वेदना क्षु
धादिका पीडा च जरा वृद्धावस्था व्याधिर्ज्वरादिः क्षुधा बुभुक्षा निद्रा स्वापः एताभिर्विव
७५ र्जितो रहितः तदा योगी भवतीति शेषः तदा कदेत्यपेक्षायामाह रुद्रेति यदा रुद्रग्रंथिं
भित्वा आज्ञाचक्रे रुद्रग्रंथिः शर्वस्य ईश्वरस्य पार्वच दुरंव पीठं स्थानं भ्रूमध्ये तत्र ११८

२००

निष्पत्त्यवस्थामाह निष्पत्ताविति निष्पत्तौ निष्पत्त्यवस्थायां ब्रह्मरंध्रं गते प्राणे
निष्पत्त्यवस्था भवति वैणवः वेणोरयं वैणवः वेणुसंबंधी शब्दः निनादः क्वणंती
शब्दायमाना या वीणा तस्याः क्वणः स्वनः भवेत् तदा तस्यामवस्थायां चित्तं मनः
करणं एकीभूतं एकविषयीभूतं विषयविषयिणोरभेदोपचारात् तत् राजयोगा
भिधानकं राजयोग इत्यभिधानं यस्य तत् राजयोगाभिधानकं चित्तस्यैकाग्र

निष्पत्तौ वैणवः शब्दः क्वणद्वीणाक्वणो भवेत् एकीभूतं तदा चित्तं
राजयोगाभिधानकं ७६ सृष्टिसंहारकर्तासौ योगीश्वरसमो भवेत्
अस्तु वा मास्तु वा मुक्तिरत्रैवाखंडितं सुखं लयोद्भवमिदं सौख्यं राजयोगादवाप्यते
राजयोगमजानंतः केवलं हठकर्मिणः एतानभ्यासिनो मन्ये प्रयासफलवर्जितान्

तैवं राजयोग इत्यर्थः ७६ असौ नादानुसंधानपरो योगी सृष्टिसंहारकर्ता सृ
ष्टिसंहारं च करोतीति तादृशः अतएव ईश्वरैः समः ईश्वरतुल्यो भवेत् अस्तु वेति २
राजयोगमिति ३ मो प्राश्याती ॥

×सृष्टिसंहारेति ३ २०७

शीघ्रं त्वरितं १

उन्मन्यवाप्तये इति उन्मन्या उन्मन्यवस्थायाः अवाप्तये प्राप्त्यर्थं भ्रूध्यानं भ्रुवोर्ध्यानं
नेर भ्रुवोर्मध्ये ध्यानं मम स्वात्मारामस्य संमतं ७९ राजयोगो योगानां राजा तदेव पदं राजयो
गपदं तुर्यावस्थाख्यं प्राप्तुं लब्धुं पूर्वोक्तं भ्रूध्यानरूपः सुखोपायः सुखसाध्य उपायः सु
पा खोपायः अल्पचेतसां अल्पबुद्धीनामपि किंपुनरन्येषामित्यपि शब्दार्थः ॥ नादजो नादा
ज्जातो लयः चित्तविलयः सद्यः शीघ्रं प्रत्ययं प्रतीतिं संदधातीति प्रत्ययसंधायी प्र

प्र उन्मन्यवाप्तये शीघ्रं भ्रूध्यानं मम संमतं राजयोगपदं प्राप्तुं सुखोपायोऽल्प
चेतसां सद्यः प्रत्ययसंधायी जायते नादजो लयः ८० नादानुसंधानसमा नै
धिभाजां योगीश्वराणां हृदि वर्द्धमानं आनंदमेकं वचसामगम्यं जानाति तं
श्रीगुरुनाथ एकः ८१

तीतिकरः जायते प्रादुर्भवति ८० नादानुसंधानेति नादस्यानाहतध्वनेः अनु
संधानं अनुचिंतनं तेन समाधिः चित्तैकाग्र्यं तं भजंतीति नादानुसंधानसमाधि
भाजः तेषां योगिषु योगयुक्तेषु ईश्वराः समर्थाः तेषां हृदि हृदये वर्द्धते इति वर्द्धमा

नानाविधं नादमाह द्वाभ्यां आदाविति आदौ वायोर्ब्रह्मरंध्रगमनसमये जलधिः समुद्रः
जीमूतो मेघः भेरी वाद्यविशेषः भेरी स्त्री दुंदुभिः पुमानित्यमरः झर्झरो वाद्यविशेषः वा
द्यभेदा डमरुमड्डुडिंडिमझर्झराः मर्दलः पणवोऽप्यथी त्यमरः जलधिप्रमुखेभ्यः संभ
वः संभवो येषां ते तथा मध्ये ब्रह्मरंध्रे वायोः स्थैर्यानंतरं मर्दलो वाद्यविशेषः शंखो जल यो:
जः ताभ्यामुत्थाः उद्भवा मर्दलशंखोत्थाः घंटाकाहलौ वाद्यविशेषौ ताभ्यां जाताः उद्भवा येषां ते

आदौ जलधिजीमूतभेरीझर्झरसंभवाः मध्ये मर्दलशंखोत्था घंटाकाहलजा
स्तथा ८५ अंते तु किंकिणीवंशवीणाभ्रमरनिःस्वनाः इति नानाविधा नादाः
श्रूयंते देहमध्यगाः ८६

काहलजाः ८५ अंते त्विति अंते तु प्राणस्य ब्रह्मरंध्रे बहुस्थैर्यानंतरं तु किंकिणी
क्षुद्रघंटिका वंशो वेणुः वीणा तंत्री भ्रमरो मधुपः तेषां निःस्वना इव निःस्वना इति
पूर्वोक्ताः नानाविधा अनेकप्रकारका देहस्य मध्ये गताः प्राप्ताः श्रूयंते ८६ ॥

महतीति मेघध्वनेरीवतेश्चादी यस्य सः मेघभेर्यादिकस्तस्मिन मेघभेर्यादौ तत्रान्य निर्घोषपरे महति कहति ध्वनौ निनादे श्रूयमाणे। अपि शब्दात्तोस्यापि तत्रतेषुना देषु सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं अतिसूक्ष्मं नादमेव परामृशेत चिंतयेत् सूक्ष्मस्य नादस्य चिरस्थायित्वात्तत्रासक्तं चित्तं चिरं स्थिरीभवेदिति भावः ८७ घनमिति घनं महांतं

महति श्रूयमाणेपि मेघभेर्यादिके ध्वनौ तत्र सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं नादमेव
परामृशेत ८७ घनमुत्सृज्य वा सूक्ष्मे सूक्ष्ममुत्सृज्य वा घने रमामाणम
विक्षिप्तं मनो नान्यत्र चालयेत ८८

नादं मेघभेर्यादिकं उत्सृज्य त्यक्त्वा सूक्ष्मे किंकिणीभ्रमरादिध्वनौ वा सूक्ष्मं उत्सृज्य घने वा नादे रममाणं। घनसूक्ष्मान्यतरनादे अनुगृहत्तापरित्याज्यान्क्रीडंतमपि ना क्षिप्तं रजसात्यंतचंचलं मनः अन्यत्र विषयांतरे न चालयेत् न प्रेरयेत् क्षिप्तं मनः विषयांतरासक्तं न समाधीयेत नादे त्वेव रममाणं तु समाधीयेतेति भावः ८८ ॥ ॥ १२२

यत्रेति वा अथवा यत्र कुत्रापि नादे यस्मिन्कस्मिंश्चित् घने मृदंगे वा नादे प्रथमं प्र
थमं मनो लगति लग्नं भवति तत्रैव तस्मिन्नेव नादे सुस्थिरीभूय सम्यक् स्थिरं भूत्वा
तेन नादेन सार्द्धं साकं विलीयते विलीनं भवतीत्यर्थः अत्र पूर्ववाक्येन प्रत्याहारः द्विती
येन धारणा तृतीयेन ध्यानद्वारा समाधिरुक्तः ८९ मकरंदमिति मकरंदं पुष्परसं

यत्र कुत्रापि वा नादे लगति प्रथमं मनः तत्रैव सुस्थिरीभूय तेन सार्द्धं विली
यते ८९ मकरंदं पिबन्भृंगो गंधं नापेक्षते यथा नादासक्तं तथा चित्तं विष
यान्नहि कांक्षते ९०

यथा
पिबन् धयन् भृंगो भ्रमरः गंधं नापेक्षते तथा नादासक्तं नादे आसक्तं चि
त्तं मनः कर्तृ विषयान् विषिण्वंति बध्नंति प्रमातारं स्वसंगेनेति विषयाः स्रक्चं
दनवनितादयः तान् न कांक्षते न वांछति हीति निश्चये ९०

नेच्छति ३

२४५

मन इति विषयाः शब्दादय एव उद्यानं वनं तत्र चरतीति विषयोद्यानचारी तस्य मन एव
मत्तगजेन्द्रो दुर्निवारत्वात् तस्य निनाद एव अनाहतध्वनिरेव निशितोऽङ्कुशस्ती-
क्ष्णोऽङ्कुशः नियमने परावर्तने समर्थः शक्तः एतैः श्लोकैः श्रोत्रचक्षुरादीनां विषये-
षु यथाक्रमं यत्प्रत्याहरणं तेषां प्रत्याहारः प्रत्याहारः प्रकीर्तितः इन्द्रियाणां विषये-
भ्यः प्रत्याहरणं प्रत्याहार इत्युक्तलक्षणः प्रोक्तः ९१ बद्धमिति नाद एव बंधः बन्ध-

मनोमत्तगजेन्द्रस्य विषयोद्यानचारिणः नियमने समर्थोऽयं निनादनिशिताङ्कुशः ९१
बद्धं तु नादबंधेन मनः संत्यक्तचापलं प्रयाति सुतरां स्थैर्यं छिन्नपक्षः खगो यथा ९२

नेनेति बंधः बंधनसाधनं तेन स्वाधीनकरणेन बद्धं बंधनमिव प्राप्तं नादधारणा-
यां नादासक्तमित्यर्थः अत एव सम्यक् त्यक्तं संत्यक्तं चापलं क्षणे क्षणे विषयग्रहणरूपं परित्या-
जरूपं येन तत्तथा मनः सुतरां स्थैर्यं प्रयाति नितरां धारणामेति तत्र दृष्टान्तमाह छिन्नोप-
क्षो यस्य तादृशः खे गच्छतीति खगः पक्षी यथा एतेन तु प्राणायामेन पवनं प्रत्याहारेण चेंद्रि-
यं वशीकृत्य ततः कुर्याच्चित्तस्थानं शुभाश्रये शुभाश्रये चित्तस्थापनं धारणोक्तलक्षणा १२२

४ नादाकारवृत्तिप्रवाहः कर्तव्य इत्यर्थः ४

सर्वचिंतामिति सर्वेषां बाह्याभ्यंतरविषयाणां या चिंता चिंतनं तां परित्यज्य त्यक्त्वा सा
वधानेन एकाग्रेण चेतसा योगसाम्राज्यं सम्राजो भावः योगराद्स्मीघ्रजेतः ए आ
जयोगित्वमिति यावत् इच्छता वांछता पुंसा नाद एव अनाहतध्वनिरेवानुसंधेयः त्वं चि धे
तनीयः एतेन तद्भिन्नस्य ध्येयकाभ्यसनं निषिद्धम् निःस्पृहा तद्ध्यानप्रयत्ने रंगोः पाडु
स्मा निषिद्धएतेन रूप तत्रप्रत्ययैकतानता ध्यानमिति सूत्रोक्तलक्षणं ध्यानमुक्तं ९३ नादोंतरंगेति

सर्वचिंतां परित्यज्य सावधानेन चेतसा नाद एवानुसंधेयो योगसाम्राज्य
मिच्छता ९३ नादोंतरंगसारंगबंधने वागुरायते अंतरंगकुरंगस्य वधे
व्याधायते पि च ९४

नादः अंतरंगे मनः एव सारंगो मृगः तस्य बंधने चांचल्यहरणे वागुरायते वागुरेवाचरति वागुरा
जालं यथा वागुरा सारंगस्य चांचल्यं हरति तथा नादोंतरंगस्य चांचल्यं हरतीत्यर्थः अंतरंगे मन
एव कुरंगो हरिणः तस्य वधे नीनाहस्य स्यादपनयनेवमनसो वधः तस्मिन् व्याधायते व्याध
इवाचरति यथा व्याधो वागुराबद्धं मृगं हंति एवं नादोपि स्वासक्तं मनो हंतीत्यर्थः ९४

बंधनेन २ स्वासक्तं २

१२४ अंतरंगस्येति यमिनो योगिनः अंतरंगं मनः तस्य चपलत्वाद्वाजिनः अश्वस्य परिघायते
वाजिशालाद्वारपरिघवदाचरति नादरूपिरोधः यथा वाजिशालापरिघो वाजिनोऽश्वस्य ग-
तिं रुणद्धि तथा नादोंऽतरंगस्येत्यर्थः अतः कारणात् योगिना नादस्य उपास्तिरूपा सततं नि-
य त्यमुत्यहं अवधार्या अवलंबनीया हीति निश्चयेऽव्ययं ९५ बद्धमिति नाद एव गंधकः उपधातु-
नरे विशेषः तेन जारणं जीर्णीकरणं नादगंधकस्य बंधनं चांचल्यहरणं तस्मात् बद्धं नादे

अंतरंगस्य यमिनो वाजिनः परिघायते नादोपास्ति रतो नित्यमवधार्या हि योगिना ९५ बद्धं विमुक्तचांचल्यं नादगंधकजारणात् मनःपारदमाप्नोति निरालं-
बाख्यखेऽटनं ९६

कास्तकं पक्षे शुद्धिं कोऽकृतिं प्राप्तं अत एव विमुक्तं त्यक्तं चांचल्यं मनेकविधमाकारपरिणाम-
रूपं येन पक्षे विमुक्तं लौल्यं मनःपारदं मन एव पारदं चंचलत्वात् निरालंबं ब्रह्म तदेवाख्या
यस्य तत् निरालंबाख्यं तदेव खमपरिच्छिन्नत्वात् तस्मिन् अटनं गमनं तदाकारवृत्ति-
प्रवाहः पक्षे आकाशगमनं प्राप्नोति यथा बद्धपारदमाकाशगमनं करोति एवं बद्धं म-
नः ब्रह्माकारवृत्तिप्रवाहेन विच्छिन्नं करोतीत्यर्थः ९६ १२४

त॰ ०ण वान्सन्न॰ द्रुतं१

नादेति नादस्यानाहतध्वनेः श्रवणतः श्रवणात् क्षिप्रमंतरंगं मन एव भुजंगमः सर्पः चापलत्वान्नादप्रियत्वाच्च भुजंगमेन रूपकं मनः सर्वं विश्वं विस्मृत्य अस्मृत विषयं कृत्वा एकाग्रो नादाकारवृत्तिप्रवाहवान् सन् कुत्रापि विषयांतरे न हि धावति न ष
१ धावनं करोति धारणांतरैः श्लोकैः तस्यैव कल्पनाहीनं स्वरूपग्रहणं हि यत् मनसा ध्याननिष्पाद्यः समाधिः सोभिधीयत इति विष्णुपुराणोक्तलक्षणः तदेवार्थमात्रनिर्भा

नादश्रवणतः क्षिप्रमंतरंगभुजंगमः विस्मृत्य सर्वमेकाग्रः कुत्रचिन्न हि धावति ९७ काष्ठे प्रवर्तितो वह्निः काष्ठेन सह शाम्यति नादे प्रवर्तितं चित्तं नादेन सह लीयते ९८

सं स्वरूपशून्यमिव समाधिरिति पातंजलसूत्रोक्तलक्षणः संप्रज्ञातलक्षणः समाधि रुक्तः ९७ काष्ठ इति काष्ठे दारुणि प्रवर्तितः प्रज्वालितो वह्निः काष्ठेन सह शाम्यति ज्वाला रूपपरित्यज्य तेजोमात्ररूपेणावतिष्ठते यथा तथा नादे प्रवर्तितं चित्तं नादेन सह लीयते स्य
द्गा रजस्तमसोर्वृत्तिनाशे सत्त्वमात्रावशेषसंस्कारशेषं भवति तथा च मैत्रायणीयमंत्रः यथा निरिंधनो वह्निः स्वयोनावुपशाम्यति तथा वृत्तिक्षयाच्चित्तं स्वयोनावुपशाम्यतीति ९८

२४८ श्री

१२५ घंटादीति घंटा आदिर्येषां शंखमर्दलझर्झरदुंदुभिजीमूतादीनां ते घंटादयः तेषां ना
दास्तेषु सक्तः अत एव स्तब्धो निश्चलो योंतःकरणमेव हरिणो मृगस्तस्य प्रहरणं
नानाविषयस्फूर्तिप्रतिबंधनं अंतःकरणपक्षे हरिणपक्षे प्रहरणं हननमपि शरवद्द्रुत
गामिनः वायोः संधाने सुषुम्नामार्गेण ब्रह्मरंध्रे निरोधने पक्षे शरस्य बाणस्य संधा
ने धनुषि योजने तस्मिन्प्रवीणः कुशलश्चेत्तर्हि सुकरं सुखेन कर्तुं शक्यं ९९ अनाहत

घंटादिनादसक्तस्तब्धांतःकरणहरिणस्य प्रहरणमपि सुकरं शरसंधानप्रवी
णश्चेत् ९९ अनाहतस्य शब्दस्य ध्वनिर्य उपलभ्यते ध्वनेरंतर्गतं ज्ञेयं ज्ञेय
स्यांतर्गतं मनः १०० मनस्तत्र लयं याति तद्विष्णोः परमं पदं

स्येति अनाहतस्य शब्दस्य अनाहतस्य स्वनस्य यः ध्वनिर्निर्ह्रादः उपलभ्यते श्रूयते
तस्य ध्वनेः अंतर्गतं ज्ञेयं ज्योतिः स्वप्रकाशचैतन्यं ज्ञेयस्यांतर्गतं ज्ञेयाकारतामाप
न्नं मनोंतःकरणं तत्र ज्ञेये मनो विलयं याति परवैराग्येणाखिलवृत्तिशून्यं संस्का
रशेषं भवति तद्विष्णोर्विभोरात्मनः परमं अंतःकरणावच्छिन्नोपाधिरहितस्य निरु
पाधिकं पद्यते गम्यते योगिभिरिति पदं स्वरूपं १०१ १२५

तावदिति यावच्छब्दोऽनाहतध्वनिः प्रवर्त्तते श्रूयते तावत् आकाशस्य संकल्प
नं भवति शब्दस्याकाशगुणत्वात् गुणगुणिनोरभेदाद्वा मनस्याकाशशब्दस्य विलयात्
निःशब्दं शब्दरहितं यत्तत्परं ब्रह्म परब्रह्मशब्दवाच्यं परमात्मेति गीयते परमात्मश
ब्देन स उच्यते सर्वेषां विलये यः स्वरूपेणावस्थितः स एव परब्रह्मपरमात्मशब्दाभ्या
मुच्यत इति भावः १०१ यत्किंचिदिति नादरूपेणानाहतध्वनिरूपेण यत्किंचि

तावदाकाशसंकल्पो यावच्छब्दः प्रवर्त्तते निःशब्दं तत्परं ब्रह्म परमात्मेति गी
यते १०१ यत्किंचिन्नादरूपेण श्रूयते शक्तिरेव सा यस्तत्त्वांतो निराकारः स
एव परमेश्वरः १०२ इति नादानुसंधाने

त् श्रूयते आकर्ण्यते सा शक्तिरेव यः तत्त्वांतः तत्त्वानामंतो लयो यस्मिन्सः तथा नि
राकार आकाररहितः स एव परमेश्वरः सर्ववृत्तिक्षये स्वरूपावस्थितो यः स आत्मेत्यर्थः
काष्ठप्रवर्तितो वह्निरित्यादिभिः श्लोकै राजयोगापरपर्यायोऽसंप्रज्ञातः समाधिरुक्तः १०२

१२६ सर्वइति हठश्चलयश्चहठलयौतयोरुपायाः हठलयोपायाः हठोपायाः आसनकुंभकमु
द्रारूपाः लयोपायाः नादानुसंधानशांभवीमुद्रादयः राजयोगस्य सर्ववृत्तिनिरोधल
क्षणस्यासिद्धये निष्पत्तये प्रोक्ता इति शेषः राजयोगसमारूढः सम्यगारूढः प्राप्त
राजयोगः पुरुषः कालवंचकः कालमृत्युं वंचयतीति तादृशः स्यादिति शेषः १०३
तत्वमिति तत्वं चित्तं बीजं बीजवदुन्मन्यवस्थांकुरकारणपरिणाममानत्वात् हे

सर्वे हठलयोपाया राजयोगस्य सिद्धये राजयोगसमारूढः पुरुषः कालवं
१०३ चकः ॥ तत्वं बीजं हठः क्षेत्रमौदासीन्यं जलं त्रिभिः उन्मनी कल्पलतिका
सद्य एव प्रवर्तते १०४

ठः प्राणापानयोरैक्यलक्षणः प्राणायामः क्षेत्रं क्षेत्रवत् प्राणायामे उन्मनी कल्पलतिकोत्प
त्तेः औदासीन्यं परवैराग्यं जलं तस्या उत्पत्तिकारणत्वात् परवैराग्यहेतुकः संस्का
रशेषश्चित्तस्यासंप्रज्ञातसमाधिलक्षणात् एतैस्त्रिभिः उन्मनी असंप्रज्ञाता
वस्थैव कल्पलतिका सकलेष्टसाधनत्वात् सद्य एव शीघ्रमेव प्रवर्तते प्रवृत्ता
भवति उत्पन्ना भवतीति १०४ १२६

सदेति सदा सर्वदा नादानुसंधानात् नादानुचिंतनात् पापसंचयाः पापसमूहाः क्षीयंते
नश्यंति निरंजने निर्गुणे चैतन्ये निश्चितं ध्रुवं चित्तमारुतौ मनःप्राणौ विलीयेते वि
लीनौ भवतः १०५ उन्मन्यवस्थाप्राप्तस्य योगिनः स्थितिमाह शंखेति शं
खे जलजः दुंदुभिर्वाद्यविशेषः तयोर्नादं ध्वनिं कदाचन कस्मिंश्चिदपि समये न शृणोति स्मिं

सदा नादानुसंधानात्क्षीयते पापसंचयः निरंजने विलीयेते निश्चितं चित्तमारुतौ १०५
शंखदुंदुभिनादं च न शृणोति कदाचन काष्ठवज्जायते देह उन्मन्यावस्थया ध्रुवं १०६
सर्वावस्थाविनिर्मुक्तः सर्वचिंताविवर्जितः मृतवत्तिष्ठते योगी स मुक्तो नात्र संशयः १०७

शंखदुंदुभीत्युपलक्षणं नादमात्रस्य उन्मन्यावस्थया देहो ध्रुवं काष्ठवज्जायते निश्चेष्ट
त्वादित्यर्थः १०६ जीवन्मुक्तस्य लक्षणं: पंच अवस्था नावस्थाः ताभिर्विनिर्मु
मुक्तो रहितः सर्वाः याश्चिंताः स्मृतयः ताभिर्विवर्जितः विरहितः यो योगी सकलवृत्ति
ति२ निरोधावस्थावान् योगी तुर्यावस्थावान् स मुक्तः जीवन्नेव मुक्तः सकलवृत्तिनिरोधेनात्मा
त्मनः स्वरूपावस्थानात् तदुक्तं पातंजलसूत्रे तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानमिति संशयो न
त १०७

नथा

१२७ खाद्यत इति समाधिना युक्तो योगी कालेन मृत्युना न खाद्यते न भक्ष्यते न हन्यत इत्यर्थः
कर्मणा कृतेन शुभेनाशुभेन वा बाध्यते जन्ममरणादिजननेन न क्लिश्यते तथा च सूत्रं
भिचकारोपातेजूलसूत्रं ततः क्लेशकर्मनिवृत्तिरिति केनापि पुरुषान्तरेणापि यन्त्रमन्त्रा
न४ हिंसा वा न साध्यते साधयितुं शक्यते १०८ न गंधमिति समाधिना युक्तो योगी गंधं सु
रभिमसुरभिं वा न रसं मधुराम्ललवणकटुकषायभेदात् षड्विधं न रूपं शुक्लनीलादि तिक्त

खाद्यते न च कालेन बाध्यते न च कर्मणा साध्यते न स केनापि योगी युक्तः
समाधिना १०८ न गंधं न रसं रूपं न च स्पर्शं न निःस्वनं नात्मानं न परं
वेत्ति योगी युक्तः समाधिना १०९

पीतरक्तहरितकपिशचित्रभेदात्सप्तविधं न स्पर्शं शीतमुष्णमनुष्णाशीतं वा न
निःस्वनं शब्दं दुन्दुभिजलधिजीमूतादिनिनादं वा ह्रस्वमान्यं तारं वा न आत्मानं देहं
न परं पुरुषान्तरं न वेत्तीति सर्वत्रान्वेति आत्मा देहध्यतो ज्ञीवेत्यभावे परमात्मे
नीत्यर्थः १०९

चित्तमिति यस्य योगिनः चित्तमेतः कारणं नष्टं आवरकस्य तमसो ऽभावात् त्रिगुणेन:
कारणे यदा सत्त्वरजसी अभिभूय यदा समस्तकारणावरकं तम आविर्भवति तदा तः कारण
भा.२ स्वविषयाकारपरिणामाभावात् तत्सुप्तमित्युच्यते नो जाग्रत् इन्द्रियैरर्थग्रहणाभावात् स्मृ
तिश्च विस्मृतिश्च स्मृतिविस्मृती ताभ्यां वर्जितं वृत्तिसामान्याभावात् उद्बोधकाभावाच्च
स्मृतिवर्जितं स्मृत्यनुकूलसंस्काराभावाभावात् विस्मृतिवर्जितं न चास्तं नारोप

चित्तं नष्टं नो जाग्रत्स्मृतिविस्मृतिवर्जितं न चास्तमेति नोदेति यस्यासौ मुक्त
एव सः ११० न विजानाति शीतोष्णं न दुःखं न सुखं तथा न मानेनापमानं च यो
जीवन्मुक्तः समाधिना १११

ति प्राप्नोति संस्कारशेषस्य चित्तस्य सत्त्वात् न उदेति उद्भवति हेत्वनुत्पादनात् सोऽसौ
मुक्त एव जीवन्मुक्त एव ११० न विजानातीति समाधिना युक्तो योगी शीतं च उष्णं च
शीतोष्णं समाहारद्वन्द्वः शीतमुष्णं वा पदार्थं न [illegible] दुःखं दुःखजनकं परकृतं ताडना

दिकं न सुखंदुःखंलाधनंमसर्वं चंदनाघृतलेपनादिकं न तथा चार्चे मानं परकृतं सत्कारं न
अपमानमनादरं चेनो विजानातीति क्रियापदं प्रतिवाक्यमन्वेति १११ स्वस्थ इति स्वस्थः
प्रसन्नेंद्रियांतःकरणः एतेन तंद्रामूर्छादिव्यावृत्तिः जाग्रदवस्थायामभिस्नेनस्वरू
पसुषुप्तो निवृत्तिः सुप्तवत् सुप्तेन तुल्यं कार्यं द्विपक्षापाद्मूच्यः यो योगी अवतिष्ठते
स्थितो भवति समवप्र विभ्यः स्पष्टत्वान्नैनेपदं निःश्वासोच्छ्वासहीनः वाह्य

स्वस्थो जाग्रदवस्थायां सुप्तवद्योवतिष्ठते निःश्वासोच्छ्वासहीनश्च निश्चितं मुक्त
एव सः ११२

स्ववायोः कोष्ठे ग्रहणं निःश्वासः कोष्ठस्थवायोर्बहिर्निःसारणमुच्छ्वासः ताभ्यां ही
नश्च भवति च तदुक्तमपि संबध्यते. सः निश्चितं निःसंदिग्धं मुक्त एव जीवन्मुक्त ए
व तदुक्तं दत्तात्रेयेण निर्गुणध्यानसंपन्नः समाधिं च ततोभ्यसेत् दिनद्वादशकेनैव
समाधिं समवाप्नुयात् वायुं निरुध्य मेधावी जीवन्मुक्तो भवेद्ध्रुवमिति ११२

अवध्य इति समाधिनायुक्तो योगी सर्वशास्त्राणामिति संबंधः मान्येषष्ठी सर्वशास्त्रै
रित्यर्थः अवध्यः हन्तुमशक्य इत्यर्थः सर्वदेहिनां अत्रापि संबंधमात्रविवक्षायां
षष्ठी अशक्यः सर्वदेहिभिर्बलेन शक्यो भवतीत्यर्थः मंत्रयंत्राणां वशीकरण न
मारणोच्चाटनादिफलैर्मंत्रयंत्रैः अग्न्याद्यैः वज्रपातादिकैः कर्तुमशक्यः एवं प्राप्त

अवध्यः सर्वशास्त्राणामशक्यः सर्वदेहिनां अग्न्याद्यो मंत्रयंत्राणां योगीयु
क्तः समाधिना ॥७२॥

योगस्य योगिनो विघ्नो बहव समायांति निवारणार्थं तज्ज्ञानस्यापेक्षितत्वात्तानपि
प्रदर्शयते दत्तात्रेयः आलस्यप्रथमो विघ्नो द्वितीयस्तु प्रकंप्यते एवोक्तः धूर्तगोष्ठी तृतीया
यानंतरमाधने चतुर्थोध्यात्मवादः स्यादिति योगविदो विदुरिति मार्कंडेयपुराणे उपसर्गाः
प्रवर्तन्ते दृष्ट्वात्मनि योगिनः येतांस्ते संप्रवक्ष्यामि समासेन निबोध मे काम्याः क्रियास्त
था कामान्मानुष्यानभिवांछति स्त्रियो दानफलं विद्यां मायां कुप्यं धनं वसु देवत्वममर

१२९ रेशात्त्वरसायनवयः क्रियाः॥ मेरुप्रपतनेयत्नं ज्वालाभ्यावेशानंतपा [illegible]द्रोजांशक्ति
निर २ दानाकाफलोनियमास्तथा तपोपवासात्स्नानंच देवपित्रर्चनादपि अतिथिभ्यकम भार
भ्यडपस्थो भिवांछति विघ्नमित्यप्रवर्तनं यत्नाद्योगीनिवर्तयेत् ब्रह्मासंगिनन:
कुर्वन्नुपसर्गैः प्रमुच्यते इति एकदपुरागो यदैभिरंतरायैर्नक्षिप्यते स्यहि मानसं
तदाऽत्रैन नवाप्नोतिपदं ब्रह्मादिदुर्लभं योगभास्करे सात्विकीं धृतिमालंब्य यो
जीसत्वेन सुस्थिरः निर्गुणं मनसा ध्यायन्नुपसर्गैः प्रमुच्यते एवं योगमुपासीनः
शोकादिवदनिस्पृहः सिद्ध्यादिवासनात्यागीजीवन्मुक्तो भवेन्मुनिः विरक्त
रस्यभियानोना: सति विघ्नाद्यनेकशः ध्याने नहारिहरयोर्वीरक्तोयाहियोगि
नाइति

अयोगिनां ज्ञानं निराकुर्वन्योगिनामेव ज्ञानं भवतीत्याह यावदिति मध्यमा
र्गे सुषुम्णायां चरन्गच्छन्मारुतः प्राणवायुः [illegible]यावत् यावत्कालपर्यंतं न प्रविश
तं २ ति प्रकर्षेण ब्रह्मरंध्रपर्यंतं न विशति ब्रह्मरंध्रं गतस्य स्थैर्यात् ब्रह्मरंध्रं गत्वा न स्थि
रो भवतीत्यर्थः सुषुम्णायामसंचरन्वायुरसिद्ध इत्युच्यते तदुक्तं मत्तसिद्धौ या

यावन्नैव प्रविशति चरन्मारुतो मध्यमार्गे यावद्बिंदुर्न भवति दृढः
प्राणवातप्रबंधात् यावद्ध्याने सहजसदृशं जायते नैव तत्त्वं तावज्ज्ञा
नं वदति तदिदं दंभमिथ्याप्रलापः ११४

वहिर्मार्गगो वायुर्निश्चलो नैव मध्यगः असिद्धं विजानीयाद्वायुं केवमेव शास्त्रगं तं
यं २ मिति प्राणोति जीवयतीति प्राणः स चासौ वातश्च प्राणवातः तस्य प्रबंधात् कुंभ
केन स्थिरीकरणात् बिंदुर्वीर्यं दृढः स्थिरो न भवति प्रा[ण]वातस्थैर्ये बिंदुस्थैर्यमुक्तं
ते

मंत्रैवप्राक् मनःस्थैर्यं स्थितो वायुस्ततो बिंदुः स्थिरो भवेत् इति तदभावे त्वसिद्धत्वं यो
गिनां तु क्रमस्तत सिद्धौ तावद्वद्धो व्यसिद्धो सौ नरः सांसारिको मतः यावद्भवति देहस्थो
ऽसिद्धो ब्रह्मरूपकः असिद्धं तं विजानीयान्नरं न ब्रह्मचारिणं जरामरणसंकी
र्णं सर्वलोकैः समाश्रयमिति यावत् तत्त्वचित्तं ध्याने ध्येयचिंतने सहजस्य दे
स्वाभाविकध्येयाकारं [illegible] निप्रवाहवत् नैव जायते नैव भवति प्राणवातप्रबंधादिति
देहलीदीपन्यायेनात्रापि संबध्यते वायुस्थैर्ये चित्तस्थैर्यम् क्रमनम्रनसिद्धौ यदा सो
ऽभिधते वायुर्न ध्वनाम ध्ययोजनः तदा बिंदुश्चित्तं च न्नियते वोनाम्रह तदभावे प्र श्रु
सिद्धत्वम् उक्तम् [illegible] तसिद्धौ यावत् स्पंदते चित्तं बाह्याभ्यंतरवस्तुषु असिद्धं तद्विजानीया
चित्तं कर्मगुणान्वितमिति तावत् यत् ज्ञानेनाहं वदति कश्चित् तदिदं ज्ञा
नं कथनं दंभ मिथ्याप्रलापः दंभेन ज्ञानकथनेनाहं लोके पूज्यो भविष्यामीति धिया
मिथ्याप्रलापो मिथ्याभाषणं दंभपूर्वकं मिथ्याभाषणं नित्यर्थः प्राणबिंदुचित्ता १३०

वा१

नोजयाभावे ज्ञानस्याभास्मिस्थितिर्दुर्वारा तदुक्तं मत्स्यतसिद्धौ [illegible]
चलेत्वेषयदा वायुस्तदा विंदुश्चलः स्मृतः बिंदुश्चलति य
स्यांगे चित्तं तस्यैव चंचलं चले बिंदौ चले चित्ते चलेवायौ च सर्वदा जायते म्रियते
लोकः सत्यं सत्यमिदं वच इति एतेन प्राणबिंदुमनसां जयेतु ज्ञानद्वारा योगिनो
मुक्तिः स्यादेवेति स्वचित्ते तदुक्तं मत्स्येन्द्रसिद्धौ यावद्वस्यां बीजे वायुर्विंदुस्तावन्न
गच्छति यथाहि साध्यते वायुस्तथा विंदुप्रसाधनं मूर्छितो हरते व्याधिं बद्धः खे
चरतां नयेत सर्वसिद्धिकरो लीनो निश्चलो मुक्तिदायकः यथावस्या भवेद्धि
दोन्मित्ता तस्यात थात्तथा तनुयोगास्य योगमयाप्रोक्तो न्यैरान्योविधिस्तया

५ योगबीजे प्युक्तं चित्तं प्रलीयदि भासते वैतत्र प्रतीतो मरुतो विनाशः न वायदि स्यान्न तु तस्य ५
५ शास्त्रेनात्मप्रतीतिर्न गुरुर्न मोक्ष इति ५

ज्ञानं कर्म च भक्तिश्च नोपायोऽन्योऽस्ति कुत्रचिदिति भगवदुक्तौ स्वयं मोक्षोपा-
यास्त्रितस्तु कथं योग एव मोक्षोपायत्वेनोक्त इति चेन्न तेषां योगाङ्गेष्वन्तर्भा
वात् तथाहि आत्मा वा अरे द्रष्टव्यः श्रोतव्यो मन्तव्यो निदिध्यासितव्य इति श्रुत्या
परमपुरुषार्थसाधनात्मसाक्षात्कारहेतुतया श्रवणमनननिदिध्यासनान्युक्तानि
तत्र श्रवणमनने नियमान्तर्गते स्वाध्यायेऽन्तर्भवतः स्वाध्यायश्च मोक्षशास्त्राणाम
ध्ययनं सर्वार्थतात्पर्यनिर्णयपर्यवसायी ज्ञानमुपपत्त्यर्थतात्पर्यनिर्णयश्च श्रवणमन
नाभ्यां भवतीति श्रवणमननयोः स्वाध्यायेऽन्तर्भावः विजातीयप्रत्ययनिरोधपूर्वक
सजातीयप्रत्ययप्रवाहरूपस्य निदिध्यासनस्योक्तलक्षणे ध्यानेऽन्तर्भावः तस्यापि त
त्परिपाकरूपसमाधि[illegible]नात्मसाक्षात्कारहेतुत्वं ईश्वरार्पणबुद्ध्या निष्कामकर्मा
नुष्ठानलक्षणस्य कर्मयोगस्य तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोग इति पत
ञ्जलिप्रोक्ते नियमान्तर्गते क्रियायोगेऽन्तर्भावः तत्र तपउक्तं भीष्मरणीनायोऽपवासप
(स्व)चतात्पर्यार्थ६

द्वारा मोक्षे २ तात्पर्यार्थ६